



UNIVERSITETET I
NORDLAND

MASTEROPPGAVE

"Jeg ville være som alle andre..."

En kvalitativ studie om å leve med skjult stamming

Monica Rønning Sørngård og
Ingrid Klungsøyr Woje

Masteroppgave i logopedi
PE323L

Universitetet i Nordland
Våren 2015



Forord

Snart er to år på master i logopedi over, og vi sitter igjen med kunnskap og erfaringer som vi med sikkerhet vet at vi kommer til å ta med oss videre. Denne forskningsprosessen med masteroppgaven har vært både inspirerende og lærerik, men også utfordrende på mange måter. Sluttresultatet er derfor noe vi kan si oss stolte og fornøyde med. Det er mange som fortjener en stor takk for at undersøkelsen har vært mulig å gjennomføre:

Først og fremst vil vi takke våre informanter, *Ane, Børge, Cecilie og Dina*. Vi setter stor pris på at de ville dele deres innerste tanker, opplevelser og erfaringer med oss. Uten dere hadde ikke oppgaven vært gjennomførbar. Vi ønsker også å takke de som har hjulpet oss med å komme i kontakt med våre informanter, og som også ga oss råd om relevant litteratur.

Tusen takk til vår veileder, Irene Velsvik Bele, som gjennom konstruktive diskusjoner og faglige innspill, har utfordret, inspirert og motivert oss i prosessen.

Til slutt ønsker vi å takke Ingrid R.Thorstensen for konstruktiv tilbakemelding og korrekturlesing, våre kjære samboere for oppmuntrende ord og teknisk brukerstøtte når det har vært behov for det og til vår familie og venner for ros og støtte underveis.

Monica Rønning Sørngård og Ingrid Klungsøyr Woje

Trondheim og Oslo, 16.05.15.

Sammendrag

Formålet med studien er å synliggjøre og artikulere hvordan hverdagen kan påvirkes når stammingen i ulike situasjoner er skjult, og dermed berike stamming som fagområde.

Studiens problemstilling er: “Hvordan påvirker stammingen hverdagen når stammingen i ulike situasjoner er skjult?”. *Forskningsmetoden* tar utgangspunkt i en kvalitativ tilnærming, med en hermeneutisk-fenomenologisk forankring og induktiv forskningslogikk. For å kunne synliggjøre og diskutere dette, har vi basert oss på uttalelser fra fire informanter, tre kvinner og en mann. Metoden vi har benyttet er semistrukturerte forskningsintervjuer med intervjuguide, og datamaterialet har blitt analysert ved hjelp av en kategoribasert analyse.

Resultatene tyder på at faktorer som negative følelser, bruk av sekundæratferd samt en opplevelse av forventninger kan føre til nedsatt livskvalitet, mens faktorer som åpenhet og aksept for egen stamming er med på å øke livskvaliteten. I studien kom det også frem et funn som tar opp om skjult stamming er et kontinuum med helt skjult stamming og helt åpen stamming som ytterpunkter, eller om det eksisterer helt klare skiller som gjør skjult stamming og stamming til to ulike grupper. I *oppsummeringen* legger vi frem forslag til mål for videre forskning på fenomenet skjult stamming.

Abstract

The *purpose* of this study is to identify how everyday life can be affected by covert stuttering and our research question is "How does covert stuttering influence everyday life?". The *research method* used in this master thesis is based on a qualitative approach, with a hermeneutic phenomenological anchoring and an inductive research logic. The study has four informants. We have conducted semi-structured research interviews and the data has been analyzed using a category-based analysis. The *results* suggest that factors such as negative emotions, use of secondary behavior and the feeling of high expectations can lead to impaired quality of life, while factors such as openness and acceptance of their stuttering helps to improve quality of life. We are also discussing if covert stuttering is a continuum with completely hidden stuttering and completely open stuttering as extremes or whether they should to be categorized as two different difficulties.

Innholdsfortegnelse

1. Innledning	1
2. Teorikapittel.....	4
2.1 Kommunikasjon og kommunikasjonsvansker	4
2.2 Stamming	6
2.3 Skjult stamming eller sekundæratferd?	12
2.4 Den indre opplevelsen av å stamme skjult	14
2.4.2 Stamming, stigmatisering og følelser	16
3. Forskningsmetode	21
3.1 Kvalitativ tilnærming	21
3.1.1 Induksjon	22
3.2 Fenomenologi og hermeneutikk	24
3.3 Et semistrukturert forskningsintervju	25
3.3.1 Utarbeidelse av intervjuguide	28
3.4 Studiens utvalg.....	29
3.4.1 Oversikt over informanter (figur)	32
3.5 Bearbeidelse av datamaterialet.....	33
3.6 Etiske hensyn.....	37
3.6.1 Kvalitetsvurderinger.....	38
3.7 Sammenfatning av forskningsmetode.....	41
4. Presentasjon og tolkning av forskningsfunn	43
4.1 Skjult stamming og kommunikasjonsvansker	43
4.2 Skjult stamming og nedsatt livskvalitet.....	49
4.3 Sentrale faktorer for forbedret livskvalitet ved skjult stamming.....	56
4.3.1 Aksept for stammingen.....	56
4.3.2 Åpenhet om stammingen	58
4.4 Skjult stamming eller sekundæratferd – et kontinuum?	61
5. Drøfting.....	62
5.1 Stamming og kommunikasjonsvansker.....	62
5.2 Skjult stamming og nedsatt livskvalitet.....	64
5.3 Sentrale faktorer for forbedret livskvalitet ved skjult stamming.....	68
5.4 Skjult stamming eller sekundæratferd – et kontinuum?	70
5.5 Sammenfatning av analyse- og drøftingskapittel.....	71
6. Oppsummering og avslutning.....	72
7. Referanseliste.....	74
 Vedlegg 1: Godkjenning fra NSD.....	 79
Vedlegg 2: Informasjon og samtykkeerklæring.....	81
Vedlegg 3: Intervjuguide.....	84

1. Innledning

Tittelen på vår oppgave er et utdrag fra det siste intervjuet, som ble gjennomført i vår undersøkelse. Utsagnet kom som et hjertesukk fra informanten, og vi syntes at det favnet om essensen i denne oppgaven og funnene vi har gjort på en god.

Bakgrunn, aktualitet og formål

Bakgrunnen for denne studien er vår felles interesse for fagfeltet stamming. Litteraturen vi har lest og forelesningene vi har hatt om stamming, samt vår praksisperiode, har i stor grad omhandlet stamming hos små barn. Etter en forelesning hvor skjult stamming ble nevnt i korthet, begynte vår nysgjerrighet for temaet å vokse. Stamming viste seg “fra en ny side” og vi syntes kompleksiteten i vansken gjorde skjult stamming ekstra spennende. Etter flere litteratursøk satt vi fortsatt igjen med mange spørsmål om skjult stamming. Det viste seg at det foreligger lite litteratur om dette emnet, noe vi så på som et “hull” i fagfeltet. Vi syntes en masteroppgave om skjult stamming ville være spennende å skrive, både for vår egen del, men også for å bidra til å styrke fagfeltet.

Formålet med denne oppgaven er å kunne gi et innblikk i hverdagen til mennesker med skjult eller delvis skjult stamming. Vi ønsket å undersøke i hvilken grad den skjulte stammingen påvirket hverdagen, aktiviteter og gjøremål, samt hvilke tanker informantene hadde rundt sin skjulte stamming. Vi ønsker å gi leserne en forståelse av påvirkningsgraden til en vanske som for mange kan virke liten, da den ikke er hørbar eller synlig. Samtidig ønsket vi å bidra med kunnskap til et fagfelt som vi synes trenger litt ekstra fokus.

Problemstilling og forskningsspørsmål

I løpet av forskningsprosessen, har vi hatt flere problemstillinger og samtidig forandret på forskningsspørsmålene. Det har vært et kontinuerlig justeringsarbeid av problemstillingen og forskningsspørsmål, som har gått hånd i hånd med vårt analyse- og drøftingsarbeid.

Problemstillingen for denne studien har til slutt blitt:

“Hvordan påvirker stammingen hverdagen når stammingen i ulike situasjoner er skjult?”

For å kunne svare på denne problemstillingen, har vi valgt å konkretisere problemstillingen gjennom følgende fire forskningsspørsmål:

1. *Hvordan påvirker skjult stamming kommunikasjon?*
2. *Hvilke faktorer har bidratt til mer åpen stamming?*
3. *Hvordan påvirker skjult stamming livskvaliteten?*
4. *Hvor går grensen mellom åpen og skjult stamming?*

Oppgavens struktur

Oppgaven har seks kapitler, innledning, teorikapittel, forskningsmetode, presentasjon og tolkning av forskningsfunn, drøfting og oppsummering og avslutning.

Teorikapittelet innledes med en del om kommunikasjon og kommunikasjonsvansker, før vi forklarer indre og ytre kjennetegn ved stamming. Herunder trekker vi også frem nyere forskning og ulike behandlingstilnærminger som er av betydning for stamming som fagfelt. Videre vil vi diskutere grensene mellom skjult stamming og sekundæratferd, noe som Til slutt vil vi presentere den indre opplevelsen av å stamme skjult i tre deler, først hvordan dette kan innvirke på livskvaliteten. I neste del trekker vi frem hvordan erfaringene av å stamme skjult kan gi negative følelser og en opplevelse av å bli stigmatisert, som slik sett kan føre til en nedsatt livskvalitet, før vi til slutt ser nærmere på at aksept og åpenhet kan være viktige faktorer for å oppnå mer åpen stamming og at en god selvoppfatning kan forbedre livskvaliteten.

Metodekapittelet begynner med å forklare denne studiens kvalitative tilnærming, den induktive forskningslogikken og våre erfaringer av dette. Videre reflekterer vi rundt vår vitenskapelige forankring, som har vært hermeneutikk og fenomenologi. Vår metode har vært semistrukturert intervju med intervjuguide, noe vi reflekterer i samsvar med våre egne erfaringer denne metodebruken. Herunder følger en del om prosessen rundt utarbeidelsen av intervjuguiden. I den neste delen vil vi presentere denne studiens utvalg, med en påfølgende oversikt (figur) over informantene. Bearbeidelsen av datamaterialet er også en viktig del i dette kapittelet, og vil inneholde underpunkter som omhandler transkripsjon og tolkningsprosessen. Her vil vi også presentere vår analysemetode, som har vært en kategoribasert analyse. Til slutt vil vi diskutere de ulike etiske hensynene vi har tatt i løpet av forskningsprosessen, samt

vurdere denne studiens kvalitet.

I analysekapittelet vil vi presentere våre funn i fire kategorier, hvorav de tre første kategoriene inn har to underpunkter som vi også vil presentere. I drøftingskapittelet vil vi derfor drøfte kategoriene i samme rekkefølge som i det foregående kapittelet, opp i mot den relevante teorien som ble presentert i kapittel to. Kategoriene og underpunktene vil her diskuteres simultant. Det siste kapittelet, oppsummering og avslutning, vil ikke inneholde en klar konklusjon, men derimot vil vi presentere våre funn i lys av forskningsspørsmålene og forslag til mål for videre forskning på fenomenet skjult stamming.

2. Teorikapittel

Når det kommer til den teoretiske framstillingen i vår masteroppgave, tenker vi at det først er viktig å avklare begrepsbruken. Det finnes nemlig mange begreper om stamming og skjult stamming som brukes om hverandre og som betyr det samme. Noen av disse begrepene kommer leseren til å møte på i denne undersøkelsen, derfor kan det være greit å kort gjøre rede for dette på forhånd. I norsk litteratur brukes begrepene åpen stamming og skjult eller maskert stamming. *Åpen stamming* brukes om den synlige og hørbare stammingen, altså det folk flest forbinder med stamming. *Skjult* eller *maskert stamming* brukes om hverandre, og dreier seg om at personen ønsker å unngå å eksponere stammingen, at han eller hun ønsker å være flytende og derfor skjuler stammingen. På dansk brukes begrepet *maskeret stammen*, og *dold stamning* på svensk. I amerikansk og engelsk litteratur er det flere begreper som brukes om hverandre. Om åpen stamming brukes *exteriorized* stuttering eller stammering, mens både *covert* og *interiorized* stammering/stuttering brukes om skjult stamming. I denne studien har vi valgt å konsekvent bruke begrepet *skjult stamming*, fordi det er dette begrepet våre informanter selv bruker om vansken sin.

I dette kapittelet vil vi først gi en kort innføring i kommunikasjon og kommunikasjonsvansker, for deretter å forklare hva stamming er. Oppgaven handler om skjult stamming, men for å kunne vite noe om hva det er, må man først vite hva stamming er. Her vil vi snakke om indre og ytre faktorer og kjennetegn på stamming. Vil vil kort også gjøre rede for forskning som foreligger på området, og vanlige behandlingstilnærming i stammeintervensjon. Videre er skjult stamming et begrep innenfor fagfeltet stamming, som det foreligger lite litteratur og forskning på. Derfor er det heller ingen enighet eller klar definisjon på hva skjult stamming er. Dette vil vi reflektere rundt i delkapittelet om skjult stamming. Til slutt i dette teorikapittelet vil vi snakke om de indre opplevelsene av å stamme skjult, noe som dreier seg om livskvalitet, stigmatisering, følelser, aksept og selvoppfatning.

2.1 Kommunikasjon og kommunikasjonsvansker

Begrepet *kommunikasjon* har sin opprinnelse fra latin, *communicare*, og betyr “å gjøre noe i fellesskap” eller “å dele noe” (Sæther & Aalberg, 2006), altså gjensidig med å dele opplevelser og tanker i samspill med andre. Når man kommuniserer med andre mennesker gjør man noe felles med dem, for eksempel dele følelser og opplevelser. Begrepet er i denne sammenhengen per definisjon en samhandling ved at man overleverer informasjon til en

mottaker som mottakeren så responderer på (Jederlund, 2003). Det er viktig at både sender og mottaker er aktive og bidrar på hver sin måte for å skape flyt i samtalen (Bråten, 2004). Denne flyten kan vi kalle turtakingssekvenser, en veksling mellom å være nettopp sender og mottaker i en dialog. Videre kan vi kommunisere både verbalt og nonverbalt (ikke verbalt). Den verbale kommunikasjonen uttrykkes gjennom det muntlige språket, mens den nonverbale kommunikasjonen foregår gjennom bruk av kroppsspråk, som ansiktsuttrykk, blick og berøring (Bråten, 2004).

Evnen til å kommunisere, eller å forstå og benytte seg av språk som et redskap for å skape et gjensidig ståsted, er på denne måten en del av alle mennesker. Språket er slik vårt viktigste verktøy for å kommunisere og tenke (Vygotsky, 1982; Rommetveit, 1972), og er derfor “(...) det mest genuint menneskelege ved mennesket.” (Rommetveit, 1972, s. 13). Paradoksalt nok er språket både det som gjør at et menneske kan åpne seg og dele sine opplevelser med andre, samtidig som det kan være en årsak til ensomhet. Språket gir en garanti om et ”opplevelsesfellesskap”, og når dette ikke blir innfridd blir det årsaken til ensomheten (Rommetveit, 1972). I følge Rommetveit (1972) er det denne maktesløsheten de med kommunikasjonsvansker kan føle på, inkludert personer som stammer. Språket er primærverktøyet for overlevering og mottakelse av informasjon, noe som vil si at hensikten med språket nettopp er å kommunisere (Bloom & Lahey, 1978). Tar man dette i betraktning, er det nærliggende å tro at ulike symptomer ved taleflytvansker vil kunne påvirke omgivelsene på forskjellige måter. I flere sammenhenger forventes det at man skal bruke talespråket. Dette gjelder særlig i forbindelse med å presentere seg for nye personer og å stille og svare på spørsmål (Bråten, 2004; Jederlund, 2003). Det finnes dog andre måter å kommunisere på enn bare gjennom talespråket, for eksempel tegnspråk, men dette er ikke en del av vår problemstilling.

Som nevnt over er det flere situasjoner hvor det forventes at man skal bruke talespråket, og ofte etter gitte regler. Hvis man snakker med en venn på kafé kan samtalen gli mellom ulike temaer, man kommer med digresjoner, og det skjer at man glemmer å fullføre setninger man begynte på. En slik talesituasjon er svært uformell. I andre situasjoner kreves det mer struktur på hva som blir sagt, og det finnes uskrevede regler om hva det forventes at man skal si. Hvis man hilser på noen, så sier man navnet sitt, eller man presenterer seg med en enkel setning. Man bruker færre ord, og man kommer ikke med digresjoner. Kaasin og Bjerkan (1982) gjennomførte en undersøkelse for å se om det er tilfelle at det stammes mer på “kritiske ord”

enn på “ikke-kritiske ord”. Med *kritiske ord* menes ord som har høyt meningsinnhold, og de må sies for at man skal forstå meningen i ytringen (Bjerkan, 1984). Vil man bestille seg en kaffe på kafé (“Kan jeg få en kaffe, takk?”), vil *kaffe* være det kritiske ordet som må sies for at servitøren skal vite hva du vil ha. Studien viste at det ble stammet betydelig mer på kritiske ord (35,8%), i forhold til ikke-kritiske ord (8,4%) (Kaasin & Bjerkan, 1982).

Også Wingate (1979, referert i Yairi & Seery, 2015) sier at det er større sannsynlighet for at stamming forekommer på meningsfulle ytringer, som når man for eksempel skal si sitt eget navn. Dette kan føre til at situasjoner som dette blir spesielt ubehagelige for personer med stamming, og stammingen føles da som en ekstra stor vanske. Det *forventes* at man svarer på en gitt måte, og det er vanskelig å “lure seg unna” ved hjelp av strategier. Det kan altså i ulike situasjoner være vanskelig å kommunisere for en som stammer, når talespråket står så sterkt i samfunnet generelt og det inneholder visse uskrevne regler som må følges.

Videre i neste delkapittel skal vi nettopp se nærmere på hva stamming kan innebære.

2.2 Stamming

Stamming er en vanske som forekommer i alle kulturer og språk, i alle sosiale lag og blant begge kjønn. Det finnes også flere typer varianter av stamming, blant annet nevrogen og psykogen stamming. Disse velger vi å ikke presentere mer inngående, da dette blir utenfor vår problemstilling. Videre er stamming et hørbart avvik fra normal uttale og kategoriseres i Norge som en taleflytvanske, sammen med løpsk tale. Fellesnevneren her er at begge disse vanskene skaper brudd i talen. Dette må derimot ikke blandes med begrepet “normal ikke-flyt”, et skille som er viktig å trekke frem i forskning på stamming (Garsten & Lundström, 2008). “Ikke-flyt” finnes i all normal uttale og språk, enten ved nølig, ved repetisjon av ord og setninger, eller ved bruk av fyllord som “eh” og “øh”. Forskjellen mellom stamming og normal ikke-flyt er at stamming kan både høres av andre og oppleves av den som snakker (Yairi & Seery, 2011), mens normal ikke-flyt ofte kan forklares. Her får talen et opphold fordi man leter etter ord eller fordi man tenker over hva man ønsker å si. Stamming er derimot ufrivillig og kan oppleves overraskende og ofte frustrerende for vedkommende. Slik kan man altså definere stamming på flere måter, men vi har i denne studien valgt å dele inn i *ytre* og *indre* kjennetegn. Ytre kjennetegn er den hørbare og synlige stammingen, mens indre kjennetegn er de personlige følelsene og tankene om sin egen stamming. Det indre er med andre ikke hørbart eller synlig for andre enn personen som stammer.

Ytre kjennetegn

Typiske trekk ved det man kan kalle for ytre stamming er *gjentakelser*, *forlengelser* og *blokkeringer* (Guitar, 2014). *Gjentakelser* er at personen som stammer gjentar enkeltlyder i ordet, for eksempel slik: “Jeg skal bake ka-ka-ka-kake” (Preus, 1987). Det kan virke som om personen «henger seg opp» i enkelte lyder. *Forlengelser* innebærer at lyden og luftflyten forsetter, men ordet uttales ikke innenfor «normal tid»: “Har du sett sssssvømmebrillene mine?” (Guitar, 2014). *Blokkeringer* skjer ved at det oppstår en pause før ordet er ferdig uttalt: “Du må p.....akke sekken din” (Bjerkan, 1984). Blokkeringer skjer i respiratorsystemet, strupehodet eller artikulasjonssystemet, og kan føre til skjelvinger i leppene og kjeven. Det er enda uvisst hvorfor personer stammer, men det finnes mange teorier som prøver å forklare fenomenet. Gjentakelser, forlengelser og blokkeringer regnes også som *kjernestamming/kjerneatferd* (Guitar, 2014; Van Riper, 1982). Den som stammer har ikke kontroll over kjernestammingen, det skjer ufrivillig.

Ofte har personer som stammer *sekundæratferd* i tillegg til kjernestammingen (Van Riper, 1982). Dette er tillærte reaksjoner til kjerneatferden, som de selv føler forkorter stammeøyeblikket. Guitar (2014) deler sekundæratferden inn i *fluktatferd* (“escape behaviors”) og *unngåelsesatferd* (“avoidance behaviors”). *Fluktatferd* gjenkjennes ved at personen prøver å komme seg ut av ordet det stammes på ved for å eksempel legge inn ekstralyster som “øh”, blinking med øynene eller hodebevegelser. *Unngåelsesatferd* kommer vi tilbake til senere i teksten.

En ytre tilnærming til stamming fokuserer altså på selve stammeatferden, det Yairi & Seery (2015, s. 23) kaller for “disordered speech phenomena”. Stamming blir her kun sett på noe som oppstår når man snakker, og er en synlig og hørbar vanske. Verdens helseorganisasjon (WHO) definerer stamming i ICD-10 (International Classification of Disease) på denne måten:

Talen er kjennetegnet ved hyppig gjentakelse eller forlengelse av lyder, stavelser eller ord, eller av hyppig nøling eller pauser som forstyrrer den rytmiske talestrømmen. Mindre dysrytmi av denne typen er ganske vanlig som en forbigående fase i tidlig barndom eller som et mindre, men vedvarende taletrekk i senere barndom og voksenliv. Dette skal bare klassifiseres som forstyrrelse hvis alvorlighetsgraden er så omfattende at den forstyrrer talestrømmen. Det kan være assosierte bevegelser i ansiktet og andre deler av kroppen som sammenfaller i tid med gjentakelsene, nølingene eller pausene i talestrømmen. (WHO, 2010, s 180).

Denne definisjonen vektlegger nettopp den synlige og hørbare delen av stammingen, som kan oppleves som en forstyrrelse i talen. Hvordan beskrives så de indre indikatorene, de personlige følelsene og tankene rundt stamming?

Indre kjennetegn

Som tidligere nevnt i dette delkapittelet, så kan personer som stammer også ha *sekundæratferd* i tillegg til kjernestammingen (Van Riper, 1982). Dette er tillærte reaksjoner til kjerneatferden, og kan deles inn i *fluktatferd* (“escape behaviors”) og *unngåelsesatferd* (“avoidance behaviors”) (Guitar, 2014). Fluktatferd hører til de ytre kjennetegnene på stamming, fordi den handler om det synlige og hørbare ved stammingen. *Unngåelsesatferd* er derimot atferd som igangsettes før stammeøyeblikket, og kan ofte sees i sammenheng med tilfeller hvor personen tidligere har stammet og opplevd ubehag. Personen forventer å stamme på et gitt ord eller en gitt lyd, og benytter seg av ulike strategier i forkant for at stammingen ikke skal inntreffe (Guitar, 2014). Her kan også sekundæratferden blant annet være å legge til en ekstra lyd eller å bytte ut ordet i siste liten.

Å se stamming som kun handling eller atferd utelater nettopp de personlige følelsene og tankene man kan oppleve ved stamming. Dette er en stor del av det som gjør stamming til en vanske, eller “a complex disorder” (Yairi & Seery, 2015, s. 23). Denne oppfatningen av stamming tar hensyn til at det å stamme kan være en altomfattende vanske. Stammingen påvirker således ikke bare talen, men kan også påvirke en persons identitet eller valgene de tar i forbindelse med for eksempel utdanning, jobb og familieliv. Slik blir stamming også en kommunikasjonsvanske (Rommetveit, 1972). Sheehan (1970) har, som den første innenfor dette fagfeltet, illustrert dette ved hjelp av et isfjell, en modell han kalte “The iceberg of stuttering”. Isfjellanalogien forklarer at den hørbare stammingen og den synlige sekundæratferden bare er “toppen av isfjellet”. Under “havoverflaten” er det en enda større del av isfjellet man ikke ser, den delen som er skjult for alle andre enn den som stammer. Dette er personens egne tanker, følelser og opplevelser rundt det å stamme. “What people see and hear is the smaller portion; much greater is that which lies below the surface, experienced as fear, guilt, and anticipation of shame.” (Sheehan, 1970, s. 13).

I det følgende vil vi gjøre rede for noe forskning og ulike behandlingstilnærminger som finnes på dette feltet.

2.2.1 Forskning og behandlingstilnærminger

Stamming kan være en sammensatt vanske, hvor både genetiske, nevrologiske, fysiologiske, psykologiske og miljømessige faktorer kan spille en rolle og slik være med på å fastholde og/eller forsterke vansken (Yairi & Seery, 2015; Guitar, 2014; Shapiro, 2011).

Stamming som en multidimensjonell vanske

Som vi har sett, finnes det altså mange ulike grunner som alene, eller sammen, gjør at man kan begynne å stamme. Siden årsakene er så mange, bør man i følge Yairi og Seery (2015) heller se stamming som *en multidimensjonell vanske*. Dette innebærer at kjennetegnene ved stammingen er mye mer enn bare de synlige og hørbare kjennetegnene. Yairi og Seery (2015) utpeker seks hoveddimensjoner som inngår i stamming. Disse er: *Overt speech characteristics*, *physical concomitants*, *physiological activity*, *affective features*, *cognitive processes* og *social dynamics* (Yairi & Seery, 2015, s. 30-31). *Overt speech characteristics* er kjerneatferden, og er tidligere beskrevet av blant annet Van Riper (1982) og Guitar (2014). *Physical concomitants* er fysisk tilleggsatferd, som blant annet anspente muskelbevegelser i hode og nakke. Det er ikke nødvendig at slik fysisk sekundæratferd er til stede for at stamming vil oppstå eller bli diagnostisert, men det kan være til stede hvis personen strever med å komme seg ut av et stammeøyeblikk (Yairi & Seery, 2015). *Physiological activity* er de fysiologiske reaksjonene på stammingen. Disse reaksjonene ser man ikke med det blotte øyet, men de er likevel målbare. Slike fysiologiske reaksjoner kan inkludere endringer i blodtrykket, utvidelse av pupillene, og forandringer i hjerneaktiviteten. *Affective features* omhandler sterke emosjonelle reaksjoner på stammingen. Her inngår også frykten for å snakke i mange situasjoner, noe som kan lede til unngåelsesatferd i form av å unngå ulike talesituasjoner. Disse emosjonelle reaksjonene og unngåelsesatferdene kan fort overskygge selve stammingen. *Cognitive processes* handler om de kognitive prosessene som inngår i tale, altså seleksjonen, planleggingen, forberedelsen og gjennomføringen av talen. Her kan det skje en kognitiv “overbelastning” for personen som stammer, som da resulterer i selve stammingen. Personer som stammer kan ofte bli beskrevet som at de “tenker fortere enn de klarer å snakke”, og det kan altså være en sannhet i dette. *Social dynamics* handler om det sosiale samspillet som tale og kommunikasjon danner grunnlaget for. Alle som snakker ser etter tegn som viser at mottakeren følger med på det som blir sagt. Stamming kan føre til at den som lytter i større grad følger med på stammingen, ikke budskapet, og i noen tilfeller kan mottakeren svare hånlig eller dømmende på stammingen. Dette kan påvirke sosial interaksjon undervisningssituasjoner, ved telefonbruk, yrkesvalg og det å selv ta initiativ til samtaler,

for å nevne noe. Yairi og Seery (2015) vektlegger at alle disse dimensjonene også påvirkes av genetiske faktorer.

Det eksisterer ikke en allmenn godkjent definisjon på stamming, og etter Yairi og Seerys (2015) mening er en av grunnene til dette kompleksiteten til vansken. Definisjonene er ulike ut i fra faglig ståsted, og hvilke karakteristikk man velger å vektlegge (Yairi & Seery, 2015). Shapiro (2011, s. 12-13) argumenterer også for at man ikke kan operere med kun én definisjon på stamming, og forklarer derfor stamming ut i fra *et multifaktorielt perspektiv*:

(...) Stuttering is a diagnostic label referring to a complex, multidimensional composite of behaviors, thoughts, and feelings of people who stutter. Whether for clinical or research purposes, stuttering should not be studied and cannot be understood without consideration of the person who stutters, the social contexts within which the person communicates, and the interaction of communicative demands and individualized capacities for speech fluency.

I denne tolkningen av stamming vektlegges de ulike konsekvensene stamming kan ha på den enkelte. Stamming blir således en vanske som befinner seg på et individuelt og på et sosialt plan. Dette kan igjen føre til kommunikative, psykologiske og emosjonelle vansker. På grunn av en manglende konsensus omkring begrepet stamming, blir stamming i dag derfor beskrevet både som en multidimensjonell vanske, og en heterogen vanske hvor vansken oppleves forskjellig fra individ til individ (Garsten & Lundström, 2008).

Ulike tilnærminger til stammebehandling

Det finnes ulike tilnærminger til stammebehandling, og *fluency shaping* og *stuttering modification* sies å være ytterpunktene av skalaen (Shapiro, 2011; Ramberg & Samuelsson, 2008). *Fluency shaping therapy* er et svært strukturert behandlingsprogram som tar utgangspunkt i at stamming er lært, og målet med behandlingen er spontan eller kontrollert flyt (Garsten & Lundström, 2008; Ramberg & Samuelsson, 2008). Tegn på stamming i talen etter endt behandling blir sett på som som en svikt i programmet. Det jobbes derimot ikke med å redusere eventuell frykt for å kommunisere eller unngåelsesatferd, siden dette vil falle bort som et resultat av at taleflyten bedres (Shapiro, 2011). Et eksempel på denne typen flytskapende terapi for små barn er det kjente “Lidcombe-programmet”. Dette programmet baserer seg på operant betinging, samtidig som en positiv forsterkning av den flytende talen står sentralt (Garsten & Lundström, 2008).

I *Stuttering modification therapy* mener man at stamming er et resultat av unngåelse, frykt og negative holdninger til stammingen. Behandlingsmålene er spontan flyt, kontrollert flyt eller akseptabel stamming (Guitar, 2014; Garsten & Lundström, 2008; Ramberg & Samuelsson, 2008). Det jobbes med å redusere frykt og unngåelsesatferd knyttet til stamming ved å identifisere og forstå tanker, holdninger og følelser rundt kommunikasjon, og ved å reflektere over egne kommunikative ferdigheter (Shapiro, 2011). Klienten lærer ulike flytfremmende teknikker, og taleflyten opprettholdes ved å redusere unngåelsesatferd og frykt.

Det finnes også en metode som kombinerer disse tilnærmingene, nemlig det Guitar (2014) kaller for en “integrated approach” eller *integrert stammerapi*. I følge Iverach og Rapee (2014) er førskolebarn mest mottakelige for stammebehandling, da det er da plastisiteten i nevronene i hjernen er størst. I løpet av skoleårene og inn i voksen alder er det vanskeligere å få like gode resultater av stammebehandling, og i voksen alder har det som oftest blitt en livsvarig vanske (Iverach & Rapee, 2014). Et voksent individ som har stammet hele livet, har gjerne utviklet en kompleks form for stamming som består av forskjellige lag. Behandling av denne typen kompleks stamming fungerer i følge Guitar (2014) best hvis man “angriper” stammingen fra flere vinkler, noe denne integrert stammerapi gjør. ”Because the complex patterns of advanced stuttering involve behaviors, emotions, and cognitions, treatment is most effective if it targets all of these areas.” (Guitar, 2014, s. 290). Her innretter man seg etter realistiske mål i form av akseptabel stamming (“acceptable stuttering”) og kontrollert flytende tale gjennom innlæring og trening av både mykere stamming og generell modifisering av talen, som kan innebære å senke taletempo og ta oftere pauser (Guitar, 2014; Ramberg & Samuelsson, 2008). I og med at stamming blir sagt å være en multidimensjonell vanske (Yairi & Seery, 2015; Shapiro, 2011;), samt at det ikke finnes en bestemt behandlingsmåte som fungerer for alle som stammer (Bloodstein & Ratner, 2008), kan derfor en integrert tilnærming til intervensjon for voksne være en god løsning.

Insidens og prevalens

Insidensen for stamming sies å være ca. 5 prosent, mens prevalensen er 1 prosent for skolebarn og noe lavere for voksne (Guitar, 2014; Bloodstein & Ratner, 2008). Insidensen forteller hvor mange som har stammet på et eller annet tidspunkt i løpet av livet, mens prevalensen forteller hvor mange som stammer på nåværende tidspunkt (Guitar, 2014). Insidens og prevalens for skjult stamming foreligger det ingen tall på (Cheasman & Everard, 2013).

I det neste delkapittelet vil vi diskutere hva skjult stamming er og forskjellen på skjult stamming og sekundæratferd.

2.3 Skjult stamming eller sekundæratferd?

Selv en person som stammer åpent, kan i ulike situasjoner velge å unngå å stamme fordi situasjonen da blir mindre ubehagelig. Det er blant annet derfor det er vanskelig å sette et klart skille mellom en person med skjult stamming og en person som stammer åpent med mye sekundærstamming. Det foreligger heller ikke en klar og entydig definisjon på hva skjult stamming er i dag. Noen logopeder beskriver skjult stamming fra både et personlig og faglig ståsted, i kraft av at de har eller har hatt skjult stamming selv (Cheasman & Everard, 2013). Dette kan være med på å danne et bilde av hva skjult stamming kan være og hvordan det kan utarte seg å leve med det.

En del personer som stammer gjør alt de kan for å skjule stammingen sin for andre rundt seg (Egebjerg, 2011). Disse personene bruker en mengde med unngåelsesstrategier, som er en del av sekundæratferden, for å skjule stammingen. De kan for eksempel unngå ulike sosiale situasjoner hvor de frykter at de skal stamme, bytte ut “vanskelige” ord og setninger som de gjerne stammer på, benytte omskriving eller parafrasering, svare feil eller “vet ikke” på spørsmål eller nekte å svare på spørsmål for å unngå å stamme i offentlighet (Egebjerg, 2011; Hood & Roach, 2001). Personer med skjult stamming kan, ironisk nok, bli sett på som meget velartikulerte fordi de er gode på å skjule stammingen, selv om prisen de betaler for dette er høy: deres frihet til å snakke fritt (Cheasman & Everard, 2013; Egebjerg, 2011). Stammingen blir i så måte en stadig voksende, skamfull og flau hemmelighet som opptar store deler av personens hverdag (Cheasman & Everard, 2013). Dette fører til en konstant “risiko” for å bli avslørt og oppdaget, noe de nettopp vil gjøre alt for å unngå. Aller helst vil de være som “alle andre” og ikke eksponere seg som en som stammer. Personen blir mer og mer nervøs, frustrert, engstelig og redd for å vise stammingen åpenlyst for andre, da han eller hun gjerne har erfaringer med at stamming er forferdelig, feil, flaut, skamfullt og et tegn på svakhet og nederlag (Cheasman & Everard, 2013; Hood & Roach, 2001). Selv en person med skjult stamming, som har flytende tale utad store deler av døgnet, har likevel kortere eller lengre perioder med mye eller mindre stamming blant annet som følge av stress. I følge Cheasman og Everard (2013) foreligger det ikke så mye forskning om skjult stamming knyttet til kjønn og insidens, ulike behandlingstilbud og utfall av behandling. Det spekuleres i om det er større

forekomst av skjult stamming hos kvinner enn hos menn, uten at det finnes sikre tall på dette (Cheasman & Everard, 2013).

Tidligere i oppgaven har vi vist at en person som stammer kan ha både kjerneatferd og sekundæratferd av ulikt omfang (Van Riper, 1982; Guitar, 2014; Shapiro, 2011). Har man høy forekomst av sekundæratferd, har man derfor det som kalles for fluktatferd og unngåelsesatferd i ulik grad. I dette ligger det også at personen som stammer kan ha mange ulike følelser, tanker og holdninger omkring sin egen stamming, for eksempel skyld, skam, frykt, angst og sinne. Dette er følelser som ikke vises eller høres, men som personen som stammer bærer på innvendig (Egebjerg, 2011; Shapiro, 2011; Sheehan, 1970). En person med skjult stamming gjør alt hun eller han kan for å nettopp skjule stammingen for andre, en oppførsel som er både fysisk og psykisk slitsom. I følge Egebjerg (2011, s. 14) kjennetegnes skjult stamming ved at personen har fravær av såkalte vanlige stammesymptomer:

Maskeret stammen er kendetegnet ved sit fravær af stammesymptomer - stammen er der, men er hverken til at høre eller se. Disse mennesker er i stand til at maskere deres stammen helt eller næsten helt, de taler ikke om stammen og ingen eller kun ganske få ved, at de stammer.

En person med skjult stamming gjør altså alt hun eller han kan for å skjule stammingen, enten helt eller delvis. Siden man hverken kan høre eller se stammingen, er det derfor ingen eller ganske få utenforstående som er bekjent med problemet. Vi har i vår studie erfart at selv personer med skjult stamming kan ha gode og dårlige perioder, noe som for dem innebærer at de stammer mer åpent i de dårlige periodene og har redusert eller ingen stamming i de gode periodene. En person som stammer åpent vil også ha gode og dårlige perioder. For dem vil en god periode innebære at de klarer å benytte seg av ulike teknikker som de for eksempel har lært av logoped for å oppnå mer flyt i talen. I de dårlige periodene vil de ha mer stamming. Årsaken kan være andre stressfaktorer de har i hverdagen på det tidspunktet, at de sover dårlig eller at de glemmer å bruke de flytskapende teknikkene (Guitar, 2014; Shapiro, 2011). Shapiro (2011) mener blant annet at man som logoped nettopp skal forberede stammeklienten på tilbakefall, altså at stammingen kan bli verre på ulike tidspunkt. Dette for at klienten skal lage strategier på forhånd på hvordan slike tilbakefall skal takles, og hvordan eventuelle tilbakefall kan være med på å styrke stammerapien.

Både litteraturen og våre egne funn som presenteres senere i oppgaven, tyder på at personer med skjult stamming har en større frykt for å stamme åpenlyst og blottstille seg som “en stammer”, sammenlignet med personer med “vanlig” stamming. Dette vil diskuteres senere i oppgaven.

Vi vil i det påfølgende delkapittelet se nærmere på hva hvordan det kan oppleves å stamme skjult, altså den indre opplevelsen av å stamme.

2.4 Den indre opplevelsen av å stamme skjult

Den indre opplevelsen av å stamme, refererer til de ulike opplevelsene, oppfatningene, tankene og følelsene personen har om sin stamming, og hvordan dette kan påvirke livskvaliteten. Kapittelet begynner med hva livskvalitet innebærer og hvordan den kan påvirkes av stammingen, og videre har vi en del om opplevelsen av stigmatisering og følelser. Vi avslutter med en diskusjon om aksept og selvoppfatning i forbindelse med stamming.

2.4.1 Stamming og livskvalitet

Det finnes mange definisjoner på begrepet *livskvalitet*, men i denne studien velger vi å støtte oss til Verdens helseorganisasjon WHO's (2004) og Næss, Mastekaasa, Moum og Sørensen's (2001) sine tolkninger av dette begrepet. WHO definerer livskvalitet som “(...) ‘an individual’s perception of their position in life in the context of the culture and value systems in which they live, and in relation to their goals, expectations, standards and concerns’.” (Skevington, Loftly & O’Connell, 2004, s. 299). Her tar man utgangspunktet i individets subjektive opplevelse av ulike kontekstuelle forhold, og viser videre til at individets mål, forventninger og verdier står sentralt for livskvaliteten eller Quality of life (QOL). I likhet med WHO fokuserer også Næss (et al., 2001) på individets opplevelse av sin egen virkelighet i sin definisjon. “Begrepet, slik jeg definerer det, har altså å gjøre med enkeltpersoners psykiske velvære, det vil si følelsen eller opplevelsen av å ha det godt, av å ha en grunnstemning av glede. Slik blir livskvalitet en tilstand hos den enkelte.” (Næss, 2001). Eksempler på gode følelser er glede og engasjement, mens eksempler på positive vurderinger kan være tilfredshet med eget liv, selvaksept og at man opplever en mening med tilværelsen (Næss et al., 2001). Samtidig er fravær av vonde følelser og negative opplevelser nødvendig for å oppleve at livskvaliteten er god. Nedstemthet, angst og ensomhet er eksempler på vonde følelser, og eksempler på negative opplevelser kan være misnøye med eget liv, skamfølelse og at man ikke får brukt sine evner tilstrekkelig (Næss et al., 2001). Denne definisjonen

inkluderer både såkalte kognitive og affektive opplevelser. Kognitive opplevelser innebærer en persons negative eller positive vurderinger av livet, mens det affektive aspektet henviser til det som har med følelser, både positive og negative, å gjøre (Næss et al., 2001; Næss, 2001). Livskvaliteten til et menneske varierer på denne måten mellom høy og lav ut ifra om de kognitive og affektive opplevelsene i livet er positive eller negative. "En persons livskvalitet er høy i den grad personens bevisst kognitive og affektive opplevelser er positive og lav i den grad personens bevisst kognitive og affektive opplevelser er negative." (Næss et al., 2001, s. 10).

Yaruss (2010) rapporterte at livskvaliteten til en gruppe voksne som stammet ble signifikant bedre etter behandling. Det tyder på at det ikke bare er reduksjonen i den hørbare stammingen, men også selve behandlingen, som har en positiv innvirkning på livskvaliteten til personer som stammer. Sekundæratferd, altså unngåelsen av stamming og ubehaget stammingen kan føre med seg, kan for mange minne om sosial angst. En kvantitativ studie utført av Mahr og Torosian (1999) ville sammenligne angstnivået i en gruppe personer som stammer med en gruppe personer med sosial angst, samt en kontrollgruppe. Gruppen som stammet viste signifikant mer sosialt stress, angst og unngåelse, sammenlignet med kontrollgruppen. Sammenlignet man stammegruppen med gruppen med sosial angst, viste personene som stammet derimot mindre sosial angst og unngåelse og mindre frykt for å bli negativt evaluert. Studien ga deltakerne mulighet til å fylle ut hva de helst ønsket behandling for, og her svarte over halvparten i stammegruppen at de ønsket hjelp med sin frykt for å snakke. Dette kan tyde på at det ikke er sosial angst, men at frykt for å snakke som fører til ubehag i enkelte sosiale situasjoner. Disse funnene står i samsvar med senere funn gjort av Klompas og Ross (2004). I deres studie ville de undersøke hvordan stammingen hadde påvirket livet til voksne personer som stammet. Det viste seg at flertallet av deltakerne mente at stammingen hadde påvirket skolegangen, både faglig og i forholdet til lærere og medelever. Stammingen hadde i mindre grad påvirket ekteskap, familieliv og evnen til å etablere vennskap, men likevel hadde de fleste erfart noen form for negativ tilbakemelding på sin stamming i en sosial kontekst. Yrkesvalg hadde heller ikke blitt påvirket av stammingen, men de som stammet følte at deres sjanse for å få høyere stillinger ble hemmet. De fleste så på den logopediske hjelpen de hadde mottatt som noe negativt, men likevel mente over halvparten av utvalget at denne hjelpen hadde bidratt positivt på deres livskvalitet. De fleste av deltakerne pekte på at både selvbildet og selvtiliten deres ble påvirket av at de stammet, og at det hadde vakt sterke følelser i dem (Klompas & Ross, 2004). En annen studie fant også at personer som

stammer har negative forventninger til sosial evaluering i mye større grad sammenlignet med kontrollgruppen (Messenger, Onslow, Packman & Menzies, 2004). Det er altså tydelig at de fleste som stammer har opplevd ubehag i sosiale settinger grunnet sin stamming, og for noen har dette ført til en frykt for å snakke eller at en forventning om negative evalueringer fra andre.

Videre vil vi presentere og drøfte stigmatisering og følelser som aspekter i den indre opplevelsen av å stamme skjult.

2.4.2 Stamming, stigmatisering og følelser

De fleste som stammer blir på en eller annen måte påvirket av at de stammer (Klompas & Ross, 2004; Messenger et al., 2004). Stamming kan medfølge negative erfaringer og stigmatisering kan være en av dem. Stigma er et sosialt konstruert fenomen hvor en gruppe mennesker blir pålagt ulike karakteristikk som gruppe (Jones & Carrigan, 2014). Disse karakteristikkene er av negativ art, og individene innenfor denne gruppen kan i flere tilfeller begynne en kognitiv prosess hvor de til slutt aksepterer denne klassifikasjonen (Store Norske Leksikon, 2014).

Jones og Carrigan (2014) deler stigmatisering inn i fire typer stigma, en inndeling kjent både fra nyere sosiologisk og psykologisk litteratur. De fire typene stigma er *offentlig stigma*, *selvopplevd stigma*, *label avoidance* og *strukturelt stigma*.

Offentlig stigma ("public stigma") forekommer når allmennheten bifaller eksisterende stereotypier, og diskriminerer grupper med disse stereotypiene i bunn. Disse stereotypiene kan være sykdommer eller andre vansker (Jones & Carrigan, 2014). Media framstiller sykdommer og vansker på en måte som gjør at de tillegges negative stereotypiske egenskaper. Det fokuseres også uforholdsmessig mye på de negative historiene rundt vansken, noe som underbygger stereotypiene som tilegnes vanskene (Jones & Carrigan, 2014). *Selvopplevd stigma* ("self-stigma") skapes av at individet internaliserer stigmatiseringen som eksisterer i samfunnet. Selvopplevd stigma kan sies å være et hierarki bestående av tre nivåer; kjennskap til offentlige stereotypier, enighet med stereotypiene og tilegnelse av en eller flere stereotypier hos en selv (Jones & Carrigan, 2014).

Label avoidance er når en person unngår eller nekter å benytte seg av spesielle tilbud, i frykt for å bli stemplet som en stereotyp. (Corrigan & Watson, 2002, referert i Jones & Corrigan, 2014). I mangel på en bedre norsk forklaring, velger vi å anvende det engelske begrepet. En person som stammer vil kanskje ikke benytte seg av den logopediske hjelpen han har blitt tilbudt, i frykt for å bli stemplet som “en stammer”. *Strukturelt stigma* (“structural stigma”) omfatter private og offentlige regler, normer og reguleringer som både tilsiktet og utilsiktet diskriminerer mennesker med stigmatiserte tilstander (Corrigan, Markowitz & Watson, 2004, referert i Jones & Corrigan, 2014).

Det å tilhøre en stigmatisert gruppe kan forståelig nok være belastende i seg selv, og det er naturlig å tro at dette kan gå ut over selvbildet og selvfølelsen. Selvbildet til mennesker som stammer kan bli formet av reaksjoner de får fra andre på sin stamming, og reaksjonene fra foreldre, jevnaldrende og andre som står dem nær kan ha svært stor innvirkning på selvbildet (Guitar, 2014). Noen stereotypiske trekk folk tillegger mennesker som stammer er at de er nervøse, anspente, usikre og engstelige (Shapiro, 2011), og det ser ut til at det eksisterer et offentlig stigma om stamming som kan påvirke ulike dimensjoner i livet, som det sosiale liv, yrke og utdanning (Boyle, 2013).

Det er ikke bare den hørbare stammingen som skaper problemer for mennesker som stammer. Følelser kan være en like stor del av vansken som selve stammingen. Det er en “vond sirkel”, hvor stammingen kan skape vonde følelser, og vonde følelser kan forårsake stamming (Guitar, 2014). Frykt og skam er følelser som går igjen hos personer som stammer (Guitar, 2014; Shapiro, 2011; Sheehan, 1970). “Fear is the painful feeling caused by awareness or anticipation of danger (...). Shame is the painful feeling we experience when we realize that part of us is defective, bad, or a failure.” (Shapiro, 2011, s. 418). Frykt for å snakke og det å tro at man er dårligere enn andre til å kommunisere er opplevelser som ungdommer som stammer kjenner på (Blood, Blood, Tellis & Gabel, 2001). Corcoran og Stewart (1998) gjennomførte et dybdeintervju med åtte voksne informanter som stammet, og det som gikk igjen i intervjuene var følelsen av unngåelse, hjelpeløshet, frykt og skam. Bricker-Katz, Lincoln og McCabe (2009) rapporterte fra sin studie utført på eldre som stammet at utvalget scorete betydelig høyt, hva angår frykt for negativ evaluering. Det er altså ikke bare yngre personer som stammer som kjenner på frykten for å bli evaluert. Studien fant også at frykten for evaluering påvirket kommunikasjonssituasjoner i hverdagen, og negative erfaringer var med på å begrense kommunikasjonen (Bricker-Katz et al., 2009). Enkelte mennesker viser

tegn på skam, unngåelse, hjelpeløshet og frykt, da de ikke takler situasjoner hvor de stammer mye (Daniels, Hagstrom, & Gabel, 2006, referert i Plexico, Manning & Levitt, 2009a). Påvirkningen ulike følelser har på forskjellige mennesker som stammer er svært individuell. For noen vil de negative følelsene som er knyttet til stammingen føre til mer stamming, mens for andre har ikke følelsene denne påvirkningskraften (Guitar, 2014). Men noe som er sikkert er at alle som stammer har kjent på følelser som sinne, frykt og frustrasjon i forbindelse med stamming (Guitar, 2014).

Til slutt skal vi se at aksept og selvoppfatning kan ha stor påvirkning på livskvaliteten.

2.4.3 Stamming, aksept og selvoppfatning

Mange personer som stammer finner det vanskelig å være åpen om sin vanske, og å akseptere den. For nettopp *åpenhet* og *aksept*, går hånd i hånd. Uten aksept for stammingen, ingen åpenhet, og omvendt. Guitar (2014) anbefaler derfor personer som stammer å snakke med familie, venner og andre nære om sin taleflytvanske, for å “ta tyren ved hornene”. “One of the best ways to combat fear, embarrassment, and the physical tension that these emotions often elicit is for the child to be open about his stuttering (...).” (Guitar, 2014, s. 280). Her snakker han om åpenhet i forbindelse med barn som stammer, men vi mener dette også kan relateres til voksne som stammer. Også voksne føler blant annet på frykt, ydmykelse og fysiske spenninger som følge av disse ulike følelsene som følger med stammingen (Guitar, 2014; Corcoran & Stewart, 1998). Åpenhet om stammingen vil være med på å kunne starte en dialog, hvor andre også kan spørre den som stammer om det de lurer på, eller “to educate people” som Guitar (2014) kaller det. Andre personer kommenterer som oftest ikke stammingen, men det er tydelig at de legger merke til den, og noen kan til og med virke litt brydd (Yairi & Seery, 2015; Guitar, 2014). Den som stammer har da muligheten til å si ifra hvis det er ting andre gjør i samtalen som han finner ubehagelig, for eksempel å fullføre ord eller bryte øyekontakt ved stammeøyeblikket (Guitar, 2014; Shapiro, 2011). Den heldige bieffekten av å være åpen om stammingen, vil være å redusere frykten for den og at man blir mer avslappet og mindre nervøs (Guitar, 2014). Akkurat dette er vanskelig for en som stammer skjult, da det er få som vet at de stammer. De ønsker ikke å eksponere stammingen, men ønsker å fremstå som flytende. Det er også ofte slik at en person som stammer skjult har skjult stammingen over så lang tid at de ikke vet hvordan de skal være åpne. Å være åpen om stammingen er viktig for å kunne akseptere den, noe vi skal se i neste avsnitt.

Å *akseptere* stammingen er viktig for god livskvalitet, da stammingen kommer til å være med personen gjennom hele livet, i varierende grad. Dette dreier seg også om å innse at vansken eksisterer, men at det ikke definerer en som person eller identiteten (Plexico, Manning & Levitt, 2009b). Siden det er en grunn til at en som stammer ønsker å skjule stammingen, kan det være vanskelig å akseptere noe som har en så stor innvirkning på livet hans eller hennes. De ønsker å være flytende, og unngår derfor å eksponere seg selv og stammingen. Dette kan til en viss grad sammenlignes med en person som har et ønske om å være noen andre enn den han eller hun egentlig er. I denne sammenhengen kan det også trekkes paralleller til å være i en “krise”, da en krise forbindes med vanskelige ting i livet (Falk, 1999). Hverdagen og livet vil slik påvirkes i en negativ eller positiv retning, alt etter hvordan man håndterer og ser på denne krisen. “Når man gjør det å ha et problem til et problem i seg selv, blir problemet dobbelt så stort. Når man avfinner seg med problemet, forsvinner halvparten.” (Falk, 1999, s. 25). Dette handler om å akseptere at krisen er en del av livet som man må komme gjennom, og at den i seg selv er en vanskelighet som en må vokse på (Falk, 1999). I denne undersøkelsen vil det si at en person som stammer skjult må akseptere at han eller hun stammer for å kunne vokse på det, eller kunne bli åpen om stammingen. Videre er det også viktig å være bevisst på hvordan man ser på vansken og hvor stor plass den får ta i livet, for å kunne akseptere stammingen. Shapiro (2011) sier at det er forskjell på å være *en stammer* og å være *en person som stammer*. I det første eksempelet lar man vansken definere hele mennesket, mens i det andre er stammingen en del av personen. Det er også klart at stammingen ofte spiller en stor rolle i livet til personer som stammer, men det er likevel viktig å vektlegge flyten i talen, som jo oftere er til stede enn stammingen (Shapiro, 2011; Yairi & Seery, 2015).

For en som stammer skjult er det ikke bare viktig å akseptere at man stammer, men også å akseptere seg selv som man er. Dette handler om hvilken *selvoppfatning* man har, men også om ens eget selvilde og selvtillit. Selvoppfatning og selvilde er etter vår oppfatning to sider av samme sak, derfor velger vi å bruke begrepet selvoppfatning som et gjennomgående begrepet i denne undersøkelsen. I følge Skaalvik og Skaalvik (2013) kan selvoppfatning forstås som generelle kjennetegn på ulike sider ved en persons oppfatninger, vurderinger og forventninger til seg selv. En persons oppfatning av seg selv har på denne måten en viktig betydning for personens tanker, følelser, handlinger og motiver (Skaalvik og Skaalvik, 2013; Rosenberg, 1979). Disse oppfatningene har sitt utspring i personens tidligere erfaringer, men også hvordan disse erfaringene er forstått og tolket. Slik blir oppfatningene subjektive “(...) og

trenger ikke å stemme med de oppfatningene som andre kan få av personen ved å observere vedkommende.” (Skaalvik & Skaalvik, 2013, s. 79).

Et annet viktig aspekt ved en persons selvoppfatning er hvordan en person *verdsetter* seg selv. Å ha lavt selvverd kan være en subjektivt ubehagelig tilstand, og slik sett vil lavt selvverd også påvirke vår mentale helse, eller livskvalitet (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Forskning viser klare sammenhenger mellom selvverd, velvære og mental helse. Smedema, Catalano og Ebner (2010) gjennomførte en studie med fokus på dette, og resultatene fra studien tyder blant annet på at følelsen av å ikke mestre har en negativ innvirkning på både positivt egenverd og subjektiv velvære. Dette vil med andre ord si at negative opplevelser vil ha betydning for livskvalitet. I denne sammenhengen kan dette bety at å skjule stammingen sin, og således ikke mestre eller akseptere vansken nok til å stamme åpent, over tid vil ha en negativ innvirkning på både personens selvoppfatning og livskvalitet. En studie av Craig, Blumgart og Tran (2009) viser nettopp at stamming påvirker livskvaliteten på en negativ måte, og i særlig grad gjelder det vitalitet, sosial og emosjonell fungering og mental helse. De fant også at personer som har en hard og alvorlig stamming har større risiko for å få fungere dårligere emosjonelt.

Det er også hevdet at personer som har høy selvtilitt og høy grad av selvoppfattelse, også vil uttrykke en større tilfredsstillelse med livet, eller ha en høy livsskvalitet (Crandall, 1973; referert i Rosenberg, 1979). Dette vil til syvende og sist si at hvis en person forsøker å forbedre eller endre seg uten at han eller hun har akseptert seg selv som person, vil de mislykkes (Falk, 1999). For en som stammer skjult vil dette innebære at personen ikke ville kunne være åpen om stammingen, stamme åpent eller forbedre sin selvoppfatning, hvis han eller hun ikke innehar en viss grad av selvaksept. Nettopp den skjulte stammingen kan refereres til som den “indre krigen”: “Den indre krigen slutter først når man *blir den man er*, i betydningen: tar sin natur på alvor uten å fordømme den. Først da blir en ekte forvandling (vekst) mulig.” (Falk, 1999, s. 30).

3. Forskningsmetode

I dette kapitlet vil vi gå i dybden av fremgangsmåten i vår studie, blant annet vår vitenskapelige tilnærming og forankring, valg av metoder og informanter, analyseprosessen og ulike etiske hensyn i forskningsprosessen.

Det finnes to ulike tilnærminger en forsker kan velge mellom for en undersøkelse, enten en kvantitativ tilnærming eller kvalitativ tilnærming. Det er også mulig å kombinere tilnærmingene og ulike metoder i en studie, såkalt "mixed methods", men hvilken tilnærming man velger kommer an på hva og hvordan forskeren vil undersøke. I vår studie har vi valgt en kvalitativ tilnærming.

3.1 Kvalitativ tilnærming

I denne studien har vi som sagt valgt en *kvalitativ tilnærming*, da vi er av den oppfatning at en kvantitativ tilnærming ikke er relevant i forhold til den valgte problemstilling og våre forskningsspørsmål. Vi ønsker å belyse fenomenet skjult stamming og personer som har hatt eller delvis har skjult stamming sine tanker, følelser og ideer rundt dette fenomenet, vi ønsker ikke å tidfeste eller måle noe statistisk slik man gjerne gjør ved en kvantitativ undersøkelse. Kvalitative metoder fokuserer på å innhente mening og opplevelse som ikke lar seg måle eller tallfeste, og er også ofte helhetsorienterte og fleksible i sin tilnærming til emnet, temaet eller fenomenet som det skal forskes på (Postholm, 2010; Dallan, 2007). Det som studeres kan være menneskers erfaringer, opplevelser, tanker, forventninger, holdninger eller livsverden. For å innhente data kan man benytte flere metoder, som intervju, observasjon, lydopptak, bildeopptak, tekster og/eller dokumenter. Med disse metodene ønsker forskeren å *forstå* menneskers adferd og handlinger, i stedet for å *forklare* dem.

I en kvantitativ studie er forskeren gjerne *deduktiv*, noe som blant annet innebærer å teste ut hypoteser, mens forskeren i kvalitative studier gjerne er *induktiv*. Men man kan også være begge deler samtidig, alt etter hvordan man ønsker å fremskaffe data og hvilken type data man ønsker. Dette handler om studiens forskningslogikk. I denne studien har vår forskningslogikk vært induktiv, noe vi vil se nærmere på i det påfølgende delkapitlet.

3.1.1 Induksjon

Når man har valgt en kvalitativ tilnærming som fremgangsmåten til en undersøkelse, er det ofte sånn at forskningslogikken blir induktiv (Postholm, 2010). Å indusere kommer fra det latinske uttrykket *in ducere*, og betyr “å føre inn i” som igjen betyr at man “trekker slutninger fra det spesielle til det mer allmenne.” (Johannessen, Tufte & Kristoffersen, 2010, s. 51). Ut ifra dette starter man altså den kvalitative forskningen uten å ha noe teoretisk utgangspunkt eller hypotese, slik man gjerne har ved kvantitativ forskning. Det er forskningsprosessen i seg selv som leder fram til et teoretisk standpunkt. Forskeren er ute i felten og produserer data, og hensikten er å finne frem til noen generelle mønstre som kanskje lar seg omskrive til teorier eller begreper. Dette er i kontrast til en deduktiv forskningslogikk, et fokus som er vanlig innenfor et kvantitativt forskningsprosjekt. Det er likevel mulig å ha en deduktiv tilnærming i et kvalitativt forskningsprosjekt hvis man ønsker det.

Vår forskningslogikk har vært induktiv, da vi som forskere har vært ute i felten og generert data ved hjelp av intervjuer. Det er datamaterialet, og tips fra logopeder som jobber med stamming og skjult stamming, som har ledet oss frem til god og relevant litteratur og teorier som kan bygge oppunder vår studie. En stadig sirkel mellom datamaterialet og litteratur som forkastes og/eller legges til, gjør også at problemstillingen må “pusses og gnikkes” på til en hver tid. Problemstillingen har vi jobbet med til siste stund, da den skal favne over hele studien på en god og oversiktlig måte, og være en rettesnor for forskningsspørsmålene våre. Vår første problemstilling var “Hvordan påvirker stammingen livet når stammingen i ulike situasjoner er skjult, sammenlignet med livet som åpen stammer?”. Denne problemstillingen ble raskt byttet ut etter at vi fikk tilbakemelding på at den kunne bli problematisk med tanke på at dette er en kvalitativ undersøkelse og denne problemstillingen innbyr til en sammenligning, noe vi ikke ønsket å gjøre. Forskningsspørsmålene til den første problemstillingen var: 1. Hva forårsaket den skjulte stammingen? 2. Hvilke faktorer har bidratt til mer åpen stamming? 3. Hvordan jobber logopeden med skjult stamming?

På bakgrunn av dette førsteutkastet laget vi et andreutkast til problemstilling etter at vi hadde gjennomført forskningsintervjuene. Da ble det veldig tydelig at den første problemstillingen var for snever og fokuserte på noe annet enn det vi syntes var interessant ved datamaterialet fra intervjuene. Andreutkastet til problemstillingen ble derfor “Hvordan påvirker skjult stamming livet?”. Forskningsspørsmålene til denne problemstillingen var de samme, men vi valgte å bruke vår første problemstilling som et fjerde forskningsspørsmål.

Da vi begynte prosessen med transkribering av forskningsintervjuene og analyse av datamaterialet, så ble det etter hvert mer og mer klart for oss at denne problemstillingen, “Hvordan påvirker skjult stamming livet?”, var alt for åpen. Den gjorde at det var vanskelig å vite hva det var vi ønsket å få svar på. Den andre problemstillingen ville også kreve en mengde forskningsspørsmål for å snevre den inn, slik at vi kunne svare på den. Dette fant vi lite hensiktsmessig, derfor valgte vi å forandre på den enda en gang, til den varianten som nå er denne undersøkelsens problemstilling: *“Hvordan påvirker stammingen hverdagen når stammingen i ulike situasjoner er skjult?”*. Denne problemstillingen ligner på den første varianten av problemstillingen til denne undersøkelsen, men her har vi utelatt den siste delen som lager en sammenligning av skjult stamming og åpen stamming. Vi har også byttet ut ordet *livet* med *hverdagen*. Etter vår mening er hverdag et mer begrensende begrep enn livet, og dermed enklere å lage forskningsspørsmål til. Forskningsspørsmålene til denne problemstillingen ble en siste gang forandret i takt med at drøftingskapittelet ble skrevet, da vi så at de forskningsspørsmålene vi hadde ikke var interessante i forhold til de resultatene empirien og funnene viste oss. Forskningsspørsmålene til denne oppgaven har derfor blitt:

1. Hvordan påvirker skjult stamming kommunikasjon?
2. Hvilke faktorer har bidratt til mer åpen stamming?
3. Hvordan påvirker skjult stamming livskvaliteten?
4. Hvor går grensen mellom åpen og skjult stamming?

På grunn av dette kontinuerlige arbeidet med å forbedre problemstillingen og forskningsspørsmålene våre vil vi derfor hevde at vi har jobbet induktivt gjennom hele forskningsprosessen.

Undersøkelsens forskningslogikk og dens vitenskapsfilosofiske forankring handler om hvilket grunnsyn forskeren går inn i forskningsprosessen med, og bestemmer hvordan en vil gå frem for å undersøke det man vil undersøke. Den vitenskapsfilosofiske forankringen i denne avhandlingen har vært hermeneutisk-fenomenologisk, som vi vil gå nærmere inn på i den neste delen.

3.2 Fenomenologi og hermeneutikk

Våre vitenskapelige forankringer for denne studien har vært *fenomenologi* og *hermeneutikk*. *Fenomenologi* kan spores tilbake til den tyske filosofen Edmund Husserl (1859 – 1938) og hans filosofiske perspektiver (Postholm, 2010). Husserls filosofi handlet om at gjennom konsentrerte studier, ved hjelp av et reflekterende selv, kunne forskeren erverve vitenskapelig kunnskap. En fenomenologisk forankring til en studie vil altså si at en forsker studerer og beskriver mennesker og erfaringene deres med ”(...) forståelse av, et fenomen.” (Johannessen et al., 2010, s. 82). Forskeren forsøker å forstå meningen med et fenomen, for eksempel en ytring eller handling, sett gjennom øynene til ett eller flere individer. Å beskrive handlinger og hendelser slik individet opplever det inngår derfor som en viktig del i fenomenologisk forskning. I denne undersøkelsen har vårt fokus vært å belyse fenomenet skjult stamming og personen som har hatt eller delvis har skjult stamming, og deres følelser og ideer rundt dette fenomenet. For at vi skulle få en bedre forståelse av fenomenet skjult stamming, har fenomenet blitt belyst ved hjelp av informantenes uttalelser om egne erfaringer rundt det å ha skjult stamming. For at vi skal kunne forstå og forklare fenomenet for leseren av vår studie på best mulig måte, valgte vi også et andre vitenskapelig ståsted, nemlig hermeneutikk.

Hermeneutikk betyr *fortolkningslære*, og er knyttet til skillet mellom forklarende og forstående vitenskaper (Dallan, 2007). Metodene man finner innenfor naturvitenskapen er gjerne forklarende, mens samfunnsorienterte og humanistiske vitenskaper derimot ivaretar forståelsen. Det er denne typen vitenskap som kalles for hermeneutikk. Forskeren ønsker på denne måten å finne frem til og gi mening og klarhet til noe som fremstår som uklart. “Hermeneutikken handler om å fortolke meningsfulle fenomener og å beskrive vilkårene for at forståelse av mening skal være mulig.” (Dallan, 2007, s. 54). Fenomener må fortolkes for at en skal kunne forstå dem, da meningene i disse fenomenene er skjulte, og hermeneutikken er med på å klargjøre denne prosessen. Denne fortolkningsprosessen kan forklares som en *hermeneutisk sirkel* (Fløistad, 1968). Sirkelen symboliserer noe som aldri tar helt slutt, men går i ring. En hermeneutisk forsker må på denne måten stadig skifte posisjon og veksle mellom forskjellige fokus. I hermeneutisk forskning er derfor også forforståelsen vår viktig, da den er et verktøy i tolkningsarbeidet og en ressurs for å tolke og forstå fenomenene (Postholm, 2010). Det fenomenet vi har valgt å belyse i denne studien, skjult stamming, må tolkes for at vi og andre skal kunne forstå det. Vi ønsket å nettopp ”gå i sirkel” mellom det vi observerte og hørte, teori og vår forforståelse for å avdekke det unike ved skjult stamming. Da vi startet analysearbeidet hadde vi lest mye på forhånd og hadde formulert deler av, og

strukturert, teorikapittelet. Etterhvert som vi så hva som kom til å bli belyst i analyse-, og drøftingskapittelet, så skjønnte vi også hvordan vi omstrukturere på teorikapittelet. Det gjelder både hvilken teori vi skulle bruke og hvordan oppbygningen skulle være. Etter vår mening, er dette et klart eksempel på en hermeneutisk sirkel.

Valget av vitenskapelig ståsted for denne undersøkelsen henger derfor, etter vår mening, godt sammen med en induktiv forskningslogikk. Vi ønsket som sagt å la datamaterialet vårt, og ikke eventuelle hypoteser, lede an i analyseprosessen, men selv om man er induktiv så betyr ikke at man ikke har noen forkunnskaper. Som forskere har vi med oss vår forforståelse som mennesker med egne erfaringer og en viss teoretisk ballast gjennom denne studietiden og annen relevant utdanning. Denne prosessen med utvikling av studiens problemstilling og forskningsspørsmål, som ble forklart i forrige delkapittel, henger også etter vår mening godt sammen med vår kvalitative tilnærming og vår hermeneutisk - fenomenologiske forskningslogikk.

3.3 Et semistrukturert forskningsintervju

Videre i prosessen må forskeren velge hvilke metoder man vil benytte seg av i studien (Johannessen et al., 2010) for å få svar på problemstillingen og forskningsspørsmålene. For å undersøke fenomenet skjult stamming valgte vi *intervju* som metode. Et forskningsintervju skal ikke bare fortelle oss noe om den vi intervjuer, men også belyse noe utenfor intervjuobjektet. Man skal innhente beskrivelser fra intervjuobjektets livsverden, for deretter å skildre og analysere det som blir fortalt (Dallan, 2007). I kvalitative forskningsintervju er hovedpoenget at man lar intervjuobjektet formulere svarene selv. Formålet er å komme frem til informantens egen beskrivelse av den livssituasjonen denne personen måtte befinne seg i (Dallan, 2007).

Johannessen et al. (2010, s. 137) skiller også mellom tre typer kvalitative intervjuer: *Ustrukturert intervju*, *semistrukturert eller delvis strukturert intervju* og *strukturert intervju*. *Ustrukturert intervju* er et uformelt intervju der forskeren har et tema å forholde seg til, men hvor spørsmålene tilpasses hver enkelt intervjusituasjon. *Semistrukturert eller delvis strukturert intervju* er en metode som er mye brukt i forskning. Her har man laget et skjema på forhånd med temaer og/eller spørsmål, en såkalt intervjuguide. En intervjuguide kan forstås som en ramme for selve samtalen. Intervjuguiden lar intervjueren stå forholdsvis fritt til å endre rekkefølge på temaer og spørsmål, eller til å stille spørsmål som man kommer på

underveis i samtalen (Løkken & Søbstad, 2006). Intervjuguiden bør derimot ikke følges slavisk, den skal heller fungere som en huskeliste slik at man får med alle temaene som skal undersøkes (Repstad, 2007). *Strukturert intervju* er et type intervju som gir mer nøyaktighet og større grad av kontroll. På forhånd har forskeren fastlagt både tema og spørsmål man skal igjennom, og hun har også faste svaralternativer som krysses av underveis i intervjuet.

Vi har i denne studien valgt å gjennomføre *semistrukturerte intervjuer*, og utarbeidet en intervjuguide (se vedlegg 3) som er basert på våre forskningsspørsmål (Johannessen et al., 2010; Postholm, 2010). Et semistrukturert intervju lot oss som forskere gå inn på temaer som vi ønsket å få svar på, samtidig som vi ikke utelukket at informantene kunne ta opp temaer som vi ikke hadde forutsett. Semistrukturert intervju gjorde også at vi kunne bruke formuleringer av spørsmål som innbyr til åpen drøfting og diskusjon av temaer, samtidig som vi forfulgte temaer som vi ønsket svar på. Disse formuleringene begynte blant annet med “forklar meg..”, “fortell meg..” eller “kan du utdype det?”. Det er nettopp en drøfting eller diskusjon omkring temaet skjult stamming og informantenes erfaringer som personer med skjult eller delvis skjult stamming vi ønsker. Et ustrukturert intervju kunne blitt for åpent og løst for denne studiens tema. Skjult stamming, men også åpen stamming, kan for mange være et vanskelig samtaleemne, da dette gjerne setter dype spor hos individet på ett eller annet vis. Å snakke åpent og løst om et slikt tema kan altså være vanskelig, derfor er det godt å ha intervjuguiden å støtte seg til som forsker. Samtidig er intervjuguiden en grei måte å informere informantene om hva intervjuene vil omhandle, slik at de har muligheten til å forberede seg.

Egne erfaringer

Til de semistrukturerte forskningsintervjuene i denne studien har vi brukt fire informanter, hvorav en mann og tre kvinner. Disse informantene har vi fordelt mellom oss, Monica har intervjuet to kvinner og Ingrid en mann og en kvinne (mer om dette i delkapittel 3.4).

Da vi tok kontakt med informantene ga vi dem valgfrihet i forhold til hvor intervjuet skulle foregå, men vi hadde et krav om at vi skulle kunne sitte uforstyrret i rommet over lengre tid. Vi ønsket også å ha så lite bakgrunnsstøy som mulig med tanke på lydopptakeren og transkribering av lydopptaket i analyseprosessen. Denne valgfriheten tenkte vi kunne være med på å skape en trygghet til oss og samtaleemnet, da de selv får velge og har kontroll på hvor intervjuet gjennomføres (Johannessen et al., 2010). To av intervjuene ble derfor gjennomført hjemme hos informantene, ett på kontoret til informantens logoped og ett på

informantens eget kontor. Monica hadde også møtt sine to informanter til en liten samtale noen måneder før selve intervjuet. Hun gjorde dette for å presentere seg selv og vår studie, legge frem vår foreløpige intervjuguide, og for å få et endelig og muntlig svar på om informanten fortsatt ønsket å stille til intervju. Begge samtalene varte faktisk mellom 1-2 timer. Denne samtalen gjorde at intervjuet kunne starte mer eller mindre med en gang den dagen vi hadde avtalt å gjennomføre intervjuet. Intervjueren og informantene kjente hverandre da litt fra før og hadde opprettet en relasjon, noe som er med på å skape nettopp denne trygge atmosfæren som er så viktig når man skal snakke om noe personlig (Johannessen et al., 2010; Postholm, 2010; Dallan, 2007). Ingrid hadde hatt kontakt med sine informantene på forhånd per e-post, og hadde møtt begge to tidligere, men da ikke som intervjuer og informant. Før intervjuene startet hadde hun satt av tid til en uformell prat for å skape en mer avslappet stemning.

På forhånd hadde vi informert om hvorfor vi ønsket å bruke lydopptaker, og at den ikke skulle ta fokus i intervjuet. Selv om vi ikke noterte systematisk underveis hadde vi anledning til å notere hvis det skulle dukke opp noe interessant. Det å bruke lydopptaker og intervjuguide gjorde at vi som forskere for eksempel kunne lytte mer til og være oppmerksom på kroppsspråket til informanten (Kvale & Brinkmann, 2009). Slik kunne vi også stille relevante oppfølgingsspørsmål, noe som kanskje hadde vært vanskelig hvis vi skulle gjort notater fortløpende. Informantene svarte utfyllende på spørsmålene våre i intervjuguiden, selv om det var de som førte samtalen (mer om intervjuguiden i delkapittel 3.3.1). Intervjuguiden hjalp oss å stille ulike oppfølgingsspørsmål når det passet seg, men samtidig holdt den oss på rett kurs underveis slik at vi fikk svar på det vi lurte på. For informantene sin del gjorde intervjuguiden at de kunne prate fritt om deres opplevelser og følelser rundt skjult stamming, samtidig som vi hjalp dem litt på vei med å stille spørsmål.

Man blir ydmyk av å høre disse personenes livshistorier, siden det er tidvis sterke historier og skildringer som fortelles. Dette personlige preget har også gjort at intervjuene har noe forskjellig lengde. Vi hadde ikke lyst til å sette en tidsbegrensning på intervjuene, da dette kan være med på å “ødelegge” atmosfæren for trygghet og hva som blir diskutert. Selvfølgelig gjør dette at det blir mye transkribering etterpå, men det gjør ingenting med tanke på hva vi sitter igjen med av datamateriale. Flere av informantene uttrykte også etterpå at de følte at de bidro til noe viktig med å stille til intervju, noe som gjorde det lettere å fortelle om sin skjulte stamming.

3.3.1 Utarbeidelse av intervjuguide

Intervjuguiden vår er laget med utgangspunkt i forskningsspørsmålene, men ikke de forskningsspørsmålene som vi til slutt valgte å bruke i denne oppgaven. Intervjuguiden er laget ut ifra de forskningsspørsmålene vi arbeidet frem til den andre problemstillingen (se del 3.1.1). For ordens skyld gjentar vi forskningsspørsmålene: 1. Hva forårsaket den skjulte stammingen? 2. Hvilke faktorer har bidratt til mer åpen stamming? 3. Hvordan påvirker stammingen livet når stammingen i ulike situasjoner er skjult, sammenlignet med livet som åpen stammer? 4. Hvordan jobber logopedene med skjult stamming? Vi valgte på denne måten å tematisere de ulike spørsmålene i intervjuguiden til numrene (1 - 4) som står foran forskningsspørsmålene, noe vi gjorde for å vite om vi direkte får svar på disse spørsmålene.

Postholm (2010) hevder at en meget viktig del i forbindelse med utforming av en intervjuguide er å lese seg opp på fagområdet som undersøkelsen skal omhandle. For oss betydde dette at vi måtte sette oss grundigere inn i stamming og skjult stamming, og oppdatere oss på tidligere forskning, før vi kunne vite hva det var vi ønsket å få svar på i intervjuene. Dette gjør at man har med seg en viss forforståelse inn i intervjusituasjonen, men det betyr forhåpentligvis ikke at vi har hatt en forutinntatt holdning til informantene. Vi har forstått, både gjennom ulike foredrag og teori, at erfaringen å leve med stamming og skjult stamming kan være meget individuell. Det finnes ikke mye litteratur om emnet skjult stamming, men vi har blant annet lest noe engelsk og dansk litteratur som ble belyst i teorikapittelet (se del 2.3).

Med disse forskningsspørsmålene ønsker vi å få svar på hva som forårsaket den skjulte stammingen, hvilke faktorer som har bidratt til mer åpen stamming, hvordan stammingen påvirker livet når stammingen i ulike situasjoner er skjult, og hvordan logopedene jobber med skjult stamming. Siden en intervjuguide er en slags ramme for selve samtalen og en huskeliste for intervjueren (Løkken & Søbstad, 2006; Repstad, 2007), så har vi også laget forslag til oppfølgingsspørsmål til spørsmålene hvis ikke informantene svarer på det selv når de forteller. Dette har vi gjort for å gjøre intervjuene så like som mulig, og dermed lette analysearbeidet, siden vi er to forskere som intervjuer to informanter hver.

Under forskningsspørsmål 1 lagde vi blant annet et oppfølgingsspørsmål om når informanten ble bevisst sin egen stamming, og hva det var som eventuelt førte til at personen senere skjulte den (se vedlegg 3). I forskningsspørsmål 2 spør vi blant annet om informanten

stammer mer åpent nå enn tidligere, om dette i så fall er et bevisst valg og om han eller hun har mottatt profesjonell hjelp for stammingen sin. Vi har også laget flere oppfølgingsspørsmål hvis personen svarer ja på å ha mottatt profesjonell hjelp. Et relevant oppfølgingsspørsmål er i så fall om informanten har mottatt eller mottar hjelp av logoped. Hvis personen mottar hjelp av logoped, hopper vi direkte til spørsmålene under forskningsspørsmål 4.

Forskningsspørsmål 4 omhandler informantens tanker om logopedens jobb, og er altså ikke et spørsmål direkte rettet til logopeder. Samtidig er det interessant å høre fra informantene hva slags oppfølging de eventuelt har fått, for det er jo ikke sikkert at de går til eller har vært til logoped. Det finnes mange ulike måter å takle skjult stamming på, da det er veldig individuelt hvordan man takler denne “utfordringen” og hvor stor “plass” den tar i individets hverdag. Her spør vi om hvilken oppfølging informanten har fått av logopeden, og om mål og fokus i timene.

Forskningsspørsmål 3 handler om hvordan livet er med skjult stamming og åpen stamming. Her spør vi blant annet om hvordan den skjulte stammingen påvirker skole, jobb, familielivet og det sosiale livet, om det er ulemper og fordeler med skjult eller åpen stamming, i hvilken grad de har skjult stamming fortsatt og hvordan det påvirker dem nå.

Vi har også forsøkt å begynne intervjuene med litt uformell “small talk” før vi setter på lydopptakeren, for å lette på den alvorlige stemningen (Kvale & Brinkmann, 2009; Dallan, 2007). Intervjuene ble åpnet med spørsmål som ikke var direkte personlig. Dette gjør vi for å skape en trygg atmosfære og en behagelig stemning. Litt ute i intervjuet, etter at de har blitt litt “varme i trøya”, spurte vi om de litt mer personlige historiene rundt skjult stamming. Dette kan vær med på å avgjøre hvilke svar man får og hvor “gode” de er (Postholm, 2010). Videre har vi også forsøkt å gjøre språket i intervjuguiden lett forståelig og så nært opp til dagligtalen som mulig (Kvale & Brinkmann, 2009). Et vanskelig og akademisk språk kan hindre informanten i å svare helt eller så kan de svare ut ifra hva de *tror* forskeren spør om.

3.4 Studiens utvalg

Å velge hvem som skal være med i en undersøkelse er en viktig og ofte tidkrevende del av forskningsprosessen (Johannessen et al., 2010). I vår studie brukte vi først lang tid på å komme i kontakt med logopeder som har aktuelle klienter med skjult stamming, for så å opprette kontakt med disse klientene. Det er ikke så mange logopeder som jobber med skjult stamming, og det gjorde hele prosessen litt mer tidkrevende.

Utvalgskriterier og strategier

Hensikten med en kvalitativ studie er å innhente mest mulig kunnskap om fenomenet, og for å få til det har man gjerne klare mål med en *strategisk utvelgelse* av informanter. I følge Johannessen et al. (2010, s. 106), betyr dette at “(...) forskeren først tenker igjennom hvilken målgruppe som må delta for at han skal få samlet nødvendige data, mens det neste steget er å velge ut personer fra målgruppen som skal delta i undersøkelsen.”. Utvalgskriteriene våre var at informantene skulle være over 20 år, og skulle hatt eller delvis ha skjult stamming i en kortere eller lengre periode. Dette kalles for en *kriteriebasert utvelgelse*, noe som vil si at informantene velges i studien hvis de oppfyller spesielle kriterier (Johannessen et al., 2010). Vi tenker at en person over 20 år har levd lenger med skjult stamming og begynner å bli voksen. Det er også gjerne i denne alderen man begynner å bli ferdig med utdanningen, får seg en jobb, blir samboer og stifter familie, altså milepæler i livet som gjør at man blir mer erfaren og reflektert. At informanten har hatt eller delvis har skjult stamming er også relevant i vår studie, da man gjerne har gjort seg noen andre tanker når man begynner å “komme ut” av vansken, enn når man står midt oppe i det. Vi ønsker med andre ord flere ulike perspektiver på fenomenet skjult stamming. På grunn av våre kriterier, er studiens utvalg *hensiktsmessig*, og ikke *representativt*, noe som er vanlig i kvalitative undersøkelser (Johannessen et al., 2010).

Utvalgets størrelse og sammensetning

I vår studie har vi hatt fire informanter, en mann og tre kvinner, som vi har gitt tilfeldige navn for å anonymisere dem. Av hensyn til informantenes anonymitet, har vi også endret alderen deres. Informantene vil omtales som Børge (37), Ane (31), Cecilie (40) og Dina (41). Alle informantene er enten gift med familie eller samboer med eller uten barn. Alle, unntatt Dina, er i full jobb, og forøvrig er dette jobber som krever mye muntlig kommunikasjon. Dina har som sagt ikke jobbet de siste seks årene på grunn av søvnforstyrrelser som følge av den skjulte stammingen, men er utdannet førskolelærer. Ane er førskolelærer, Børge er journalist, mens Cecilie opprinnelig kommer fra Frankrike og jobber som logoped. Dette kan gjøre at vi av Cecilie vil forvente mer reflekterte og faglige begrunnede utsagn eller andre typer svar enn av de andre informantene, men vi tror ikke dette vil ha noen påvirkning på hverken analyseprosessen eller resultatet for studien. Dina er også den eneste av informantene som fremdeles har skjult stamming. De tre andre informantene har gode og dårlige perioder, men de har akseptert stammingen og mener de kan håndtere de dårlige periodene. Børge er den med mest hørbar og åpen stamming, men det er ikke det som er fokuset i denne oppgaven.

Rekruttering av informanter

I rekrutteringen av informanter har vi benyttet oss av *snøballmetoden* og *personlig rekruttering* (Johannessen et al., 2010, s. 113). *Snøballmetoden* innebærer at forskeren spør ulike personer om de kjenner noen i undersøkelsens målgruppe som kan tenkes å delta på intervju. Hvis personen vet av noen, får forskeren kontaktinformasjonen og tar deretter direkte kontakt med den personen det måtte gjelde. Det er akkurat slik vi har fått tak i våre informanter, men av hensyn til deres anonymitet kan vi ikke uttale oss om hvem eller hvordan vi har blitt satt i kontakt med dem. Dette kan avsløre blant annet deres geografiske tilholdssted, for både bosted og behandlingssted, og derav deres navn, noe som vil være uheldig for studiens troverdighet. Det vi kan si er at vi har benyttet oss av kontakter vi har knyttet oss i løpet av praksisperiodene våre. Når det gjelder *personlig rekruttering*, så var det i forbindelse med at Monica var i kontakt med en mulig informant tidlig i rekrutteringsperioden. *Personlig rekruttering* betyr at forskeren personlig tar kontakt med en person som kan være en mulig informant til undersøkelsen. Monica har vært med på noen gruppetimer for personer med stamming som en bekjent (logoped) holder hver 6. uke. Han ble derimot utelukket som informant i denne studien, da han ikke var sikker på om han hadde skjult stamming og derfor ikke kunne belyse dette fenomenet fra et personlig ståsted.

3.4.1 Oversikt over informanter (figur)

Pseudonym	Kjønn	Alder	Stammet siden...	Behandling	Går fast til logoped?
Ane	Kvinne	31	11 - års alderen	<ul style="list-style-type: none"> - en gang i uken i to-tre mnd på videregående - en kort periode hos logoped i fødebyen under utdanning - begynte hos logoped igjen etter at hun flyttet for å ta utdanning, bor der og går til behandling på samme sted fortsatt 	Nei, men er med på gruppetimer 1 gang i mnd
Børge	Mann	37	6-7 - års alderen	<ul style="list-style-type: none"> - logoped på barneskolen (8-15 år) 1 gang i uka - logoped under utdanning i 2004 (28 år), 1 gang i uka - McGuire-kurs i 2010 	Nei
Cecilie	Kvinne	40	9 - års alderen	<ul style="list-style-type: none"> - to ganger (1 gang hver uke, i to uker) hos logoped i fødebyen (26 år) - tok logopedutdanning 	Nei
Dina	Kvinne	41	4 - års alderen	<ul style="list-style-type: none"> - 1 uke i året hos logoped et annet sted i landet, fra førsteklasse på barneskolen til siste året på videregående - startet behandling hos logoped igjen i 2004/2005 etter et opphold i behandling, og gjør det fortsatt 	Ja

3.5 Bearbeidelse av datamaterialet

Å bearbeide datamaterialet kan gjøres på mange forskjellige måter, men man må uansett gjennom noen fastsatte faser, som transkribering, analyse og tolkning. Før vi begynte selve analyseprosessen har vi tenkt på når en analyse egentlig begynner i en kvalitativ undersøkelse. Vi er av den oppfatning av at analyseprosessen allerede begynner ved utarbeidelse av en intervjuguide, da man her på en måte analyserer forskningsspørsmålene og jobber frem ulike formuleringer til gode spørsmål man ønsker å få svar på. Underveis i prosessen har vi også kontinuerlig analysert problemstillingen og forskningsspørsmålene opp i mot teori og empirien, noe som er i tråd med vår vitenskapelige forankring, som har vært hermeneutikk og fenomenologi, og vår induktive forskningslogikk (Johannessen et al., 2010; Postholm, 2010; Dallan, 2007).

Med utgangspunkt i vår problemstilling, “Hvordan påvirker stammingen hverdagen når stammingen i ulike situasjoner er skjult?”, har vi i denne studien valgt å gjøre en kategoribasert analyse. Dette vil bli belyst senere i oppgaven.

Transkripsjon

Første steg i analyseprosessen er å transkribere intervjuene til tekstform, noe som gjør intervjusamtalene bedre egnet til analyse (Johannessen et al., 2010; Kvale & Brinkmann, 2009). I transkriberingsprosessen har vi tatt flere metodiske overveielser. De muntlige utsagnene skal blant annet fremstilles skriftlig, noe som kan gjøres på flere måter. Siden det språklige ikke har hovedfokus i intervjuene våre trenger ikke transkripsjonene å være like detaljerte som i for eksempel en lingvistisk analyse (Kvale & Brinkmann, 2009). Vi har likevel valgt å transkribere alt som blir sagt, også latter og pauser i talen, siden vi ikke har gjennomført intervjuene sammen. Dette gjør vi for å få en helhetlig forståelse og innsikt i hverandres intervjuer. Selve stammingen, som gjentakelser av lyder og ord, forlengelser og blokkeringer, er derimot utelatt i transkripsjonene, da det ikke er det språklige ved stammingen som er vårt hovedfokus. For å øke leserens forståelse har vi også redigert de ulike utsagnene som er blitt trukket frem i den kategoriske analysen. I noen tilfeller er utsagnene skrevet om for å gjøre de mer grammatisk korrekt. Eventuelle digresjoner og utsagn som vi har utelatt er erstattet med “«...»”, og setninger som slutter eller starter midt i en replikk er markert med “(...)”.

Vi har også, av hensyn til informantenes anonymitet, valgt å transkribere intervjuene til bokmål, selv om informantene kan ha ulike dialekter. En persons dialekt kan, naturlig nok, avsløre både fødested og bosted, noe vi ønsker å unngå (Johannessen et al., 2010; Dallan, 2007). Det samme gjelder egennavn, stedsnavn og behandlingssted. Disse har vi anonymisert ved å bruke tegnet “*” rundt begrepene *egennavn*, *stedsnavn* og *behandlingssted*, når informantene uttaler seg på denne måten. Slik unngår vi unødig tidsbruk på fiktivisering, samtidig som det ikke påvirker sammenhengen utsagnet er uttalt i. Kroppslige uttrykk kan selvfølgelig også transkriberes (Kvale & Brinkmann, 2009), men det har vi også valgt å utelate fra vår transkripsjon. Vårt fokus er på meningsinnholdet i fenomenene som blir diskutert i intervjuene, og ikke på informantenes kroppsspråk. Vi hadde derimot muligheten til å notere underveis i intervjuet hvis det for eksempel skulle dukke opp noe som vi syntes var interessant, som tanker, spesielle ytringer, ulike fysiske reaksjoner som ikke diskuteres muntlig. Dette fikk vi derimot ikke behov for.

Kategoribasert analyse og tolkningsprosess

Ofte vil begrepene analyse og tolkning brukes om hverandre, men likevel kan tolkning beskrives som en mer omfattende og dyptgående prosess. Dette er inspirert av den hermeneutiske filosofien, der forskeren fortolker meningen med fenomenene og danner strukturer som ikke er direkte synlige i datamaterialet (Kvale & Brinkmann, 2009; Dallan, 2007). Det er dette som kalles for den hermeneutiske sirkel, hvor sirkelen illustrerer tolkninger som inkluderer både på ny viten og tidligere forutsetninger (Dallan, 2007). Vår for forståelse av emnet skjult stamming har i løpet av denne analyse- og tolkningsprosessen utviklet seg i takt med at vi har opparbeidet oss ny kunnskap. Den nye viten har vi blant annet fått gjennom informantenes egne ord i intervjuene og den nye litteraturen vi har undersøkt oss frem til.

Etter transkripsjonen sitter man igjen med datamateriale som må analyseres og tolkes for å kunne forstås og gi mening. Askerøi og Høie (2005, s. 81) sier nettopp at “siktemålet med analyse av kvalitative data er å øke forståelsen av det som er undersøkt.”. Det finnes utallige måter å analysere et kvalitativt forskningsintervju på, men Kvale og Brinkmann (2009) har foreslått fem former for kvalitativ analyse. Disse er *meningsfortetting* som er en sammenfatning av informantenes uttalelser, *meningskategorisering* som vil si å kode intervjuene i kategorier, *narrativ strukturering* ønsker å belyse meningen i teksten gjennom en tidsmessig og sosial organisering av utsagnene i intervjuene, *meningstolkning* har en

dypere tolkning av intervjueteksten, og til slutt *meningsgenerering gjennom adhoc-metode* som er en granskende og vurderende metode (Kvale & Brinkmann, 2009). Vi har i denne studien gjort en *meningskategorisering*, noe som vil si at vi har kodet intervjuene i kategorier ut ifra vår fenomenologiske og hermeneutiske forankring. Vi velger i denne sammenhengen å kalle dette for en *kategoribasert analyse*. I løpet av kodingsprosessen har vi tatt utgangspunkt i intervjuguiden vår og våre forskningsspørsmål, noe som igjen kan sees som en operasjonalisering av denne studiens problemstilling. I følge Johannessen et al. (2010) dreier operasjonalisering seg om det empiriske arbeidet med en problemstilling i en undersøkelse og hvordan denne kan gjøres forskbar ved å spesifisere hvilken empiri det er relevant og interessant å hente inn.

I denne prosessen har vi vært opptatt av å finne eventuelle likhetstrekk og forskjeller ved informantenes utsagn, og ulike mønstre eller sammenhenger i materiale (Askerøi & Høie, 2005). Vi har også vært nøye med å forenkle datamaterialet, da det ikke er all rådata som er like relevant for problemstillingen. Likevel viste det seg at det transkriberte materialet var mye mindre strukturert enn det vi forestilte oss på forhånd da vi jobbet med intervjuguiden. I følge Leiulfsrud og Hvinden (1996) er dette en vanlig erfaring når det gjelder data fra semistrukturerte intervjuer, da denne empirien ofte vil fremstå som mindre strukturert enn først antatt. “Jo lengre, mer omfattende og rike intervjuene er, jo større vil denne tilsynelatende heterogeniteten og mangelen på systematikk være.” (Leiulfsrud & Hvinden, 1996, s. 230). I vår studie ser vi at informantene ved flere anledninger går litt utenfor temaet til de opprinnelige spørsmålene, de svarer ofte fra ulike perspektiver, samt at de repeterer svarene sine flere steder i det samme intervjuet. Dette gjør arbeidet med manuell koding og kategorisering ekstra tidkrevende, og derfor ble denne prosessen også mer omfattende enn forventet. Vår oppfatning er at dette nettopp skyldes de usystematiske faktorene i intervjuene (Leiulfsrud & Hvinden, 1996). I ettertid ser vi at koding ved hjelp av edb-baserte programmer, for eksempel dataprogrammet NVIVO, kunne lettet dette arbeidet noe, men ingen av oss kjente til eller har fått opplæring i slike programmer fra før. Vår studie innbefatter en relativt liten gruppe med informanter, derfor besluttet vi oss for å kode materialet manuelt likevel, da vi mente det skulle være overkommelig selv om det kunne ta litt lengre tid. Ved at vi gjorde det på denne måten tror vi at vi fikk et større eierskap til datamaterialet enn hvis vi hadde gjort dette ved hjelp av et dataprogram. Vi brukte fargeblyanter, markeringstusjer, ulike tegn (! og ?) for å markere og utheve det som var

interessant i forhold til vår problemstilling og våre forskningsspørsmål, noe som kan gjøre den manuelle kodingen en givende måte å kode på (Postholm, 2010; Sivesind, 1996).

I analyseprosessen har vi hatt seks kategorier som vi har jobbet ut i fra. Disse omhandlet 1. forventninger og tidspress, 2. aksept for og åpenhet om sin stamming som avgjørende faktorer i logopedisk behandling, 3. skjult stamming og “sosial angst”/sosiale vansker, 4. en kategori som slår sammen punkt to og tre, 5. alene eller sammen om problemet skjult stamming? og 6. “Jeg vil være som alle andre”. Etterhvert ble disse redusert til 3 av de 4 nåværende kategoriene (se kap. 4) da det viste seg, ved nærmere ettersyn, at mange av de forskjellige temaene dreier seg om hverandre på flere måter. De fire nåværende kategoriene er derfor “Skjult stamming og kommunikasjonsvansker”, “Skjult stamming og nedsatt livskvalitet” og “Sentrale faktorer for forbedret livskvalitet ved skjult stamming”. Den fjerde og siste kategorien “Skjult stamming eller sekundæratferd - et kontinuum?” vokste frem helt til slutt i analysearbeidet. Vi har underveis i forskningsprosessen blitt mer oppmerksomme på og klare over at det ikke finnes en klar og entydig definisjon på skjult stamming. Samtidig har vi lurt på hva som egentlig er forskjellen på nettopp åpen stamming og skjult stamming. Når da Cecilie nevner, helt tilfeldig på slutten av intervjuet, at hun som logoped også lurer på om åpen og skjult stamming er to forskjellige vansker eller om de er ytterpunktene på en egen skala for stamming, så ble vi nysgjerrige. Siden det ikke finnes hverken forskning eller litteratur på akkurat dette, så vidt vi vet, så syntes vi det ville være vanskelig å skulle presentere dette som et eget funn i en egen kategori. Etter litt diskusjon og bearbeiding, valgte vi likevel å ta dette med som en egen kategori, da vi mener dette er viktig å få belyst. Dette kan være begynnelsen på en større og mer inngående studie, noe som ville betydd mye for stamming som fagområde.

Hver kategori har også fått to underpunkter for å gjøre det oversiktlig for leseren. I begynnelsen hadde kategoriene “Skjult stamming og avgjørende faktorer for forbedret livskvalitet” og “Skjult stamming og nedsatt livskvalitet” tre underpunkter hver. Disse ble redusert til to etterhvert som tolkningsarbeidet tok mer og mer form. Vi så etterhvert at mange av underpunktene egentlig handlet om det samme, noe som ville ført til flere gjentakelser enn nødvendig. De to underpunktene som ble utelukket, var “Alene eller sammen om vansken?” og “Gode og dårlige perioder”. Vi så at disse kunne inkluderes i underpunktene “Åpenhet og aksept” og “Følelser”, noe som var mer hensiktsmessig. I utarbeidelsen av de ulike kategoriene har vi også fulgt Askerøi og Høies (2005) krav til kategorisering. Dette går blant

annet ut på at kategoriene skal gjenspeile formålet med forskningen, de skal være gjensidig utelukkende og ha klare skiller mellom seg, de skal være forankret i datamaterialet, de skal være uavhengige av hverandre, samtidig som de skal være meningsfulle. Dette har vi prøvd å etterfølge, men kategoriene kan være vanskelige å skille fullstendig fra hverandre. De kan gli litt over i hverandre på enkelte punkter på grunn av informantenes utsagn, som gjerne inneholder flere aspekter.

Videre skal vi se på de etiske hensynene vi har tatt underveis i forskningsprosessen.

3.6 Etiske hensyn

Ervervelse av ny kunnskap og innsikt er målet med et forskningsprosjekt, men dette må ikke gå på bekostning av en persons integritet og velferd (Dallan, 2007) ved deltakelse i prosjektet. Dette gjelder kanskje særlig informant(e) i et forskningsprosjekt. I forhold til vår studie og det som har berørt oss underveis i prosessen, velger vi å se litt nærmere på det Dallan (2007) skriver om informert og frivillig samtykke, og anonymitet.

Informert og frivillig samtykke

Informert og frivillig samtykke innebærer i følge Dallan (2007) at de som deltar i et forskningsprosjekt skal kunne gjøre dette med viten og vilje og på et frivillig og selvstendig grunnlag. Forskeren som gjennomfører forskningsprosjektet skal også informere om at informantene når som helst har rett til å trekke seg fra undersøkelsen, uten at dette får negative følger for dem. Da vi søkte til Norsk Samfunnsvitenskapelig Datatjeneste (NSD) om tillatelse til å forske på skjult stamming ble det ettertrykkelig påpekt, selv om vi fikk godkjenning, at vi som forskere måtte informere forskningsdeltakerne om at det å delta i forskning er frivillig og at de når som helst kan trekke seg. Vi opplevde det faktisk som noe av det viktigste ved hele søknads- og forskningsprosessen. I samtykkeerklæringen ble derfor informert og frivillig samtykke presisert flere ganger. Våre informanter sa at de forsto dette, og at de ønsket å bidra med deres tanker om vansken deres. Denne prosessen gikk både smertefritt og raskt, da de fikk Informasjon- og samtykkeskjemaet på e-post og de svarte at de hadde lest det og forstått innholdet, og om de ønsket å delta, tilbake på e-posten.

Anonymitet

Når man gjennomfører forskningsprosjekter, skal en også ta høyde for informantenes anonymitet. Det å kunne være anonym i undersøkelser er for mange et krav for å ville delta. Opplysninger man får i forskningsprosessen anonymiseres slik at de ikke på noe som helst vis, hverken direkte og indirekte, kan identifisere enkeltpersoner. Dette innebærer også at forskeren må forholde seg til personopplysningsloven. I lovens §1 står det: “Formålet med denne loven er å beskytte den enkelte mot at personvernet blir krenket gjennom behandling av personopplysninger.” (Justis- og politidepartementet, 2000, §1). Personopplysningsloven sier noe om hvordan opplysninger om mennesker kan og skal behandles, og hva som kreves når man arbeider med personopplysninger i forskning. Vi har i vårt forskningsprosjekt anonymisert informantene ved å gi dem nye navn som ikke har noen forbindelse med hverandre eller til deres virkelige navn. Navnene ble valgt ut ifra rekkefølgen vi intervjuet dem i, og deretter ble de tildelt tilfeldige navn i alfabetisk rekkefølge. Informant en heter derfor Ane, informant to Børge, informant tre Cecilie og informant fire Dina. Informantenes alder og Cecilies virkelige hjemland er også anonymisert. Videre har vi transkribert intervjuene på bokmål, da dialekt nettopp kan avsløre noens identitet. Vi har også byttet ut stedsnavn og navn på behandlingsted med “*” tegn i transkripsjonen.

Til slutt skal vi se på kvalitetsvurdering som vi har tatt i forhold til denne undersøkelsen.

3.6.1 Kvalitetsvurderinger

Det stilles ulike krav til vurdering av kvaliteten på en studie, og de vanligste kriteriene er *reliabilitet* og *validitet*. *Reliabilitet* er et av de mest grunnleggende spørsmålene i all forskning og handler om datamaterialets pålitelighet, mens *validitet* dreier seg om datamaterialets relevans, gyldighet og troverdighet (Johannessen et al., 2010). Det er derimot en vanlig innsigelse mot kvalitativ forskning at den kan ha mangelfull reliabilitet- og validitetskontroll (Postholm, 2010). Lincoln og Guba (1985) argumenterer nettopp for hvorfor blant annet validitet, reliabilitet og objektivitet ikke er like holdbare og gyldige faktorer for validitetsdrøfting i kvalitativ forskning. De foreslår i stedet fire alternativer som reflekterer validitet på en bedre måte i kvalitative studier. Disse er troverdighet, overførbarhet, pålitelighet og bekreftbarhet (Lincoln & Guba, 1985, s. 300, vår oversettelse), og dette velger vi å ta til etterretning i denne undersøkelsen.

Troverdighet

Troverdighet om en undersøkelses validitet, eller gyldighet. Lincoln og Guba (1985) viser til *vedvarende observasjon* som et eksempel for å øke en undersøkelses troverdighet.

Vedvarende observasjon handler om å investere tid til å bli kjent med og skaffe seg kunnskap om de man skal intervju i undersøkelsen. Det handler også om å bygge opp en tillit til informantene, slik at data nettopp blir gyldig (Johannessen et al., 2010). På forhånd opprettet vi en kontakt via mail, før vi møtte dem ansikt til ansikt for en samtale. Slik fikk vi presentert oss for hverandre, blitt litt kjent, diskutere litt rundt undersøkelsen vår og det vi kom til å ta opp i intervjuet. Dette gjorde at vi fikk etablert et forhold på forhånd, noe som er viktig når svært personlige temaer og opplevelser skal diskuteres. Vi vil si at dette har vært en viktig faktor, da de visste at de kunne stole på oss og vi på dem, noe som påvirker datamaterialets troverdighet. Vi har også i ettertid fått tilbakemelding på at vi virket profesjonelle og ryddige i prosessen.

Troverdighet handler også om studien undersøker det den er ment å undersøke, og om teorien henger sammen med fortolkningen av funnene og omvendt (Johannessen et al., 2010; Postholm, 2010). Etter vår mening undersøker vi nettopp det vi ønsket å undersøke. Vi ønsket å finne ut mer om hvordan skjult stamming kan prege hverdagen til et lite utvalg personer, noe vi har fått svar på i denne undersøkelsen. Underveis i prosessen har vi jobbet med teori-, analyse- og drøftingskapittelet simultant, noe som har gjort at vi vet at ting henger sammen på en god måte. Vi har også bearbeidet både problemstillingen og forskningsspørsmålene flere ganger for å sørge for at oppgaven skal være så sammenhengende som mulig. Disse prosessene har vi også belyst og reflektert over i dette kapittelet. Videre dreier en undersøkelses troverdighet seg om innholdet i forskningsdeltakernes utsagn (Postholm, 2010). For å komme i kontakt med informantene i denne studien, har vi kontaktet de logopedene vi har blitt kjent med i praksisperiodene på studiet. Derfor vet vi at alle informantene går, eller har gått, til logoped, og hva de har slitt med. Dette gjør at vi mener det er stor troverdighet i deres utsagn, siden de har mottatt profesjonell hjelp for sine vansker.

Overførbarhet

I kvantitativ forskning snakker man om generalisering, eller om forskningsprosjektet kan overføres til liknende fenomener. I kvalitative undersøkelser kan dette være vanskelig, derfor snakker man i stedet om overføring av kunnskap eller overførbarhet. I følge Johannessen et al. (2010, s. 231) handler overførbarhet i kvalitative undersøkelser om “(...) hvorvidt det lykkes

en å etablere beskrivelser, begreper, fortolkninger og forklaringer som er nyttige på andre områder enn det som studeres.”. For studier som er basert på spesielle utvalg, kan det reises tvil om de slutningene undersøkelsen kommer frem til representerer et mønster eller om det er mer spesielle hendelser som belyses (Lincoln & Guba, 1985). I vår studie har vi hatt en *strategisk og kriteriebasert utvelgelse* av informanter, noe som betyr at vi har tenkt på hvilken målgruppe som skal delta og hvilke kriterier som må oppfylles for å delta i studien. På grunn av våre kriterier, er studiens utvalg også *hensiktsmessig*, noe som er vanlig i kvalitative undersøkelser (Johannessen et al., 2010). Å ha skjult stamming har vi skjønnet kan være veldig individuelt, men vi mener allikevel at denne studiens funn har overførbarhet. Flere av informantene forteller om negative følelser på grunn av stammingen, unngåelsesstrategier de bruker for å fremstå som flytende og at aksept og åpenhet er viktige faktorer i intervusjonen. Det behøves dog mer forskning på dette, både over lengre tid og med et større utvalg, for å kunne å kunne konkludere med noe. Noe vi hverken har tid, kapasitet eller ressuser til å gjøre. Dette kan allikevel skape et grunnlag for behandling av personer som stammer skjult.

Overførbarheten handler også om denne studiens relevans. Undersøkelsen er relevant på den måten at den belyser at det er noe som heter skjult stamming, og at skjult stamming oppleves forskjellig fra individ til individ, men at det likevel har noen fellestrekk. Videre er den relevant for logopeder som behandler, og som kommer til å behandle personer med skjult stamming. Dette fordi informantene forteller om hvordan de opplever skjult stamming, hva som har vært viktig i den logopediske behandlingen og grunnen til dette. Til slutt er den relevant fordi den innbyr til en fortsettelse på diskusjon om forskjellene på skjult stamming og personer som stammer med mye sekundæratferd. Dette kan ha betydning for behandling av taleflytvansker.

Pålitelighet

I en forskningstradisjon handler pålitelighet om reliabilitet. Dette dreier seg om hvilke data som er brukt i undersøkelsen, hvordan disse er generert, tolket eller analysert (Johannessen et al., 2010). Vår tilnærming har vært en kvalitativ tilnærming, og en kategoribasert analysemetode (Kvale & Brinkmann, 2009). Pålitelighet kan være et vanskelig aspekt ved denne typen forskning, da det er en utfordring for forskerne og leseren å bedømme kriterier som troverdighet og holdbarhet. Riessmann (2008) har gitt to kriterier for validering av narrative undersøkelser, noe som etter vår mening også kan brukes i denne sammenhengen. Det første kriteriet handler om påliteligheten i det informantene forteller i intervjuene, og det

andre kriteriet gjelder påliteligheten i forskerens gjengivelser og analyser av disse. I denne studien handler det første kriteriet om vedvarende observasjon, noe vi trakk frem i delen om troverdighet. Det dreier seg om vi kan stole på at det personene forteller er sant, noe vi som sagt har stor tro på. Det andre kriteriet har vi belyst ved å gi en innføring i forskningsmetoden, en kategoribasert analysemetode og hvordan vi har gått frem i analysearbeidet. Påliteligheten i intervjuene styrkes ved at det er gjort lydopptak underveis. Transkriberingen har foregått på følgende måte: vi har skrevet ned det som har vært sagt helt ordrett, også andre lyder som hosting og latter, men også pauser og opphold i dialogen. Vi har markert og hevet ut ord eller setninger som er interessante i analyseprosessen. Intervjuene og forskningsdeltakernes utsagn har derfor stor pålitelighet etter vår mening.

Bekreftbarhet

Dette siste punktet handler om at det er viktig at “(...) funnene er et resultat av forskningen og ikke et resultat av forskerens subjektive holdninger.” (Johannessen et al., 2010, s. 232). Dette stemmer overens med vår induktive tankegang og fenomenologisk-hermeneutiske tilnærming til denne studien. Funnene har vi kommet frem til ved at vi har vekslet mellom empiri, teori og vår forforståelse (Postholm, 2010). Forskningsprosessen har altså ledet frem til funnene. Videre handler en studies bekreftbarhet om å være åpen om forskningsprosessen, på godt og vondt, for at den skal kunne bekreftes av andre forskere. Vi har i denne studien vært åpne om ting som har oppstått i prosessen, og hvordan vi har håndtert disse utfordringene. Vi har blant annet fortalt om prosessen med bearbeidelsen av problemstillingen og forskningsspørsmålene, og om det tidkrevende arbeidet med det usystematiske datamaterialet. Bekreftbarhet handler også om studien kan bekreftes og gjennomføres på nytt, og om en da kommer til å få det samme resultatet. Når det gjelder denne studien, vil det selvfølgelig være mulig å gjennomføre den på nytt. Det vil derimot være mindre sannsynlig å komme frem til det samme resultatet som i denne studien, da det er forskjell fra person til person hvordan det oppleves å stamme skjult og hvordan dette påvirker hverdagen og livskvaliteten til personen som stammer skjult. Bekreftbarhet henger derfor også sammen med studiens pålitelighet.

3.7 Sammenfatning av forskningsmetode

Før jul startet vi med problemstillingen “Hvordan påvirker stammingen livet når stammingen i ulike situasjoner er skjult, sammenlignet med livet som åpen stammer?”, men som kunne bli problematisk med tanke på vår kvalitative tilnærming til denne studien. Det andre utkastet til problemstillingen ble derfor “Hvordan påvirker skjult stamming livet?”. I analyse- og

tolkningsprosessen ble det derimot klart at denne problemstillingen var for vid, og gjorde det vanskelig å lage gode forskningsspørsmål til. Etterhvert som vi ble mer kjent med empirien og teorikapittelet utviklet seg i takt med dette, forandret vi på problemstillingen en tredje og siste gang: “Hvordan påvirker stammingen hverdagen når stammingen i ulike situasjoner er skjult?”. Samtidig ble også forskningsspørsmålene bearbeidet, slik at de gjenspeilet problemstillingen på best mulig måte. Den siste forandringen ble gjort når funnene ble fremstilt i ulike kategorier, og drøftingen av disse begynte å ta form. Det ble da etterhvert klart for oss, at kategoriene og drøftingen ikke reflekterte forskningsspørsmålene på en god nok måte. Derfor ble forskningsspørsmålene formet og omarbeidet til de nåværende forskningsspørsmålene. Denne bearbeidelsesprosessen med problemstillingen og forskningsspørsmålene, som ble utviklet i samsvar med analyse- og drøftingsprosessen, gjenspeiler vår hermeneutisk-fenomenologiske forankring og induktive forskningslogikk.

I dette kapittelet har vi presentert våre tilnærminger til forskningen, som vitenskapelig forankring, forskningslogikk, metode og analysemetode, og våre erfaringer rundt dette. Videre har vi drøftet etiske hensyn og kvalitetsvurderinger knyttet til denne studien. I det neste kapittelet, presentasjon og tolkning av forskningsfunn, vil vi presentere de fire kategoriene. I de tre første kategoriene vil det også blir presentert to underpunkt. Kategoriene og underpunktene er basert på funn fra den kategoribaserte analysen.

4. Presentasjon og tolkning av forskningsfunn

Vår problemstilling er ”Hvordan påvirker stammingen hverdagen når stammingen i ulike situasjoner er skjult?”. Under tolkningsprosessen har vi også tatt utgangspunkt i intervjuguiden og våre forskningsspørsmål. Våre fire forskningsspørsmål er: 1: Hvordan påvirker skjult stamming kommunikasjon? 2: Hvilke faktorer har bidratt til mer åpen stamming? 3: Hvordan påvirker skjult stamming livskvaliteten? 4: Hvor går grensen mellom åpen og skjult stamming?

I dette kapittelet vil vi presentere våre forskningsfunn. Funnene presenteres og tolkes ut ifra vår oppfatning av hva informantene har ment, før vi drøfter dette opp mot relevant teori i kapittel 5. På grunnlag av vår analyse av intervjuene, har vi valgt å presentere disse i fire kategorier. Disse kategoriene er ”Skjult stamming og kommunikasjonsvansker”, ”Skjult stamming og nedsatt livskvalitet”, ”Sentrale faktorer for forbedret livskvalitet ved skjult stamming” og ”Skjult stamming eller sekundæratferd - et kontinuum?”. Videre har vi gitt alle kategoriene to underpunkter hver, for å tydeliggjøre funnene for leseren.

4.1 Skjult stamming og kommunikasjonsvansker

Denne kategorien handler om hvor utfordrende det kan være å kommunisere med andre når man sliter med skjult stamming. Med kommunikasjonsvansker mener vi altså vansker med å kommunisere med andre på en like naturlig, intuitiv og avslappet måte som individer uten skjult stamming, men også å oppleve vansker med kommunisere i ubehagelige situasjoner. Kategorien består også av to underpunkter, som igjen er basert på uttalelser som våre informanter ytrer flere ganger i intervjuene. Fellesnevneren for disse uttalelsene har blitt nettopp *kommunikasjonsvansker*. Disse underpunktene har fått navn etter at vi har tolket utsagnene og satt dem i et system, nemlig *forventninger og tidspress* og *”triks” for å unngå å eksponere stammingen*. Dette er punkter som informantene selv mener hindrer dem i kommunisere på den måten de egentlig vil, og som til slutt gjør det vanskelig for dem å være seg selv til det fulle.

4.1.1 Forventninger og tidspress

Dette underpunktet handler om forventninger man har til kommunikasjon, og tidspress man kan føle på når disse forventningene ikke blir innfridd. Slik vi tolker det har alle våre informanter følt på, i større eller mindre grad, forventninger og tidspress i ulike situasjoner.

Hvis noen for eksempel stiller et spørsmål til en annen, så forventer denne personen gjerne et svar innen en viss tid. Dette er ikke en gitt tid, men det er noe som er underforstått mellom kommunikasjonspartnere, en uskreven “kontrakt”. Hvis denne kontrakten blir brutt, så skaper dette brudd i kommunikasjonen. Det er blant annet disse bruddene de med skjult stamming frykter og ønsker å unngå, da det er i slike situasjoner at stammingen kan bli synlig eller hørbar for andre. Når slike situasjoner med forventninger og tidspress inntreffer i hverdagen, noe de ofte gjør, så er de med på å skape blant annet en nervøsitet som kan gjøre stammingen verre. Dette kan igjen være med på at de som stammer velger å unngå å uttrykke seg muntlig eller velger å unngå situasjonen helt.

Våre informanter nevner flere ulike situasjoner hvor de opplever eller har opplevd det vi tolker som forventninger og tidspress. Informantene opplever situasjonene som ubehagelige, fordi de tror de kommer til å stamme. Dette kan gjelde situasjoner i butikken når ekspeditøren spør om du vil ha pose eller om man selv skal spørre etter et visst antall poser, det kan gjelde telefonbruk og telefonsamtaler eller når man skal presentere seg selv for nye personer ved navn. I jobb- og skolesammenheng er disse situasjonene ved høytlesning og foredrag eller overlevering av tilbakemeldinger.

Børge og Dina nevner “Posesituasjonen” i butikken som en slik ubehagelig situasjon, en situasjon hvor de opplever å stamme åpent.

(...) Når jeg skal handle og det er veldig lang kø i butikken, og ja, så er det de vanlige høflighetsspørsmålene “Skal du ha kvittering?” “Skal du ha pose?” som man blir spurt om. «...». Og da er det vanskelig å si “nei takk”. (Børge)

Når jeg er ute og handler, så har jeg litt problemer med å be om poser. Det har hendt at jeg har hatt med meg poser selv for å slippe å be om poser, men samtidig så skal jeg komme over den terskelen. (...). Når jeg ber om poser, så setter jeg i gang strategier som gjør at jeg ikke skal stamme. Jeg vil ikke utlevere meg. (Dina)

Disse to utsagnene tolker vi som at dette er en slik ubehagelig situasjon hvor de kan komme til å stamme. Børge nevner at det er vanskelig å svare på de vanlige høflighetsfrasene, “Vil du ha kvittering?” og “Vil du ha pose? Hvor mange?”. Grunnen til at det kan være vanskelig å svare, sier han er fordi det gjerne er kø i kassen. Det oppfatter vi som et tegn på at han opplever forventninger og tidspress i forhold til å svare og kommunisere, og at dette selvopplevde tidspresset, og forventningene til kommunikasjonspartneren, nettopp kan gjøre

dette vanskelig for Børge. Dina opplever også denne handlesituasjonen som vanskelig, og da spesielt når hun skal be om poser. Hun velger å ta med seg sine egne poser av og til for å slippe å be om det i butikken. Når hun ber om poser, så setter hun i gang strategier for å unngå å stamme, som hun sier, fordi hun ikke vil utlevere seg selv som en som stammer. Dette tolker vi som at hun har opplevd denne situasjonen som så ubehagelig og fysisk og psykisk belastende, på grunn av forventninger og tidspress, at hun heller velger å unngå å kommunisere helt.

Videre nevner Børge og Cecilie at situasjoner hvor de må presentere seg selv for nye personer, både ved å hilse ansikt til ansikt og ved telefonsamtaler, kan være slike ubehagelige og utfordrende situasjoner hvor de kan komme til å stamme.

(...) Det er en serie da med episoder, hvor jeg skal si hva jeg heter uten å klare å si *fornavn*, eller *fornavn mellomnavn etternavn*. «...». At det låser seg på *første bokstav i fornavn*. «...». Eller at det bare blir masse lyder. (Børge)

(...) Noen ganger er det vanskelig for meg å svare på telefon fordi jeg kan ikke bytte ut ord. Man må si “Hallo”, det finnes ikke andre muligheter. «...». Jeg hadde en jobbtelefon, og så skulle jeg ta opp telefonen for å svare, og så sitter jeg fast og ingenting skjedde. Og det var forferdelig! Så da pleide jeg å “miste” mobilen hele tiden (...). (Cecilie)

I begge disse utsagnene uttrykker informantene, etter vår mening, ubehagelige situasjoner som gjør dem engstelige for stammingen. Børge opplever at å presentere seg og si navnet sitt kan være problematisk. Det å ta en ukjent person i hånda, se personen i øynene og si navnet sitt høyt til hverandre, er for mange en velkjent og høflig opplevelse. For de som stammer skjult er dette forbundet med nervøsitet og frykt for å røpe seg som en som stammer, som kan gjøre det vanskelig å nettopp si navnet sitt og presentere seg på den måten som man vil. I en slik “hilse-situasjon” er det forventet at man sier navnet sitt tilbake til den andre innen en viss tid, samtidig som man har øyekontakt. Denne øyekontakten kan være med på å skape ekstra stress for en som stammer skjult, da det i en slik situasjon blir tydelig, både visuelt og auditivt, hvis stammingen skulle inntre. Vi tolker vansken med å presentere seg som en opplevelse av tidspress og ubehag ved forventninger til Børges kommunikative respons.

Cecilie opplever at det kan være vanskelig å svare på telefonen, siden det ofte ikke er mulig å finne gode synonymer for de tradisjonelle frasene når man skal presentere seg for noen. Altså kan det bli veldig hørbart at man stammer, noe personer med skjult stamming som sagt helst

vil unngå. Som et resultat av nervøsiteten for telefonsamtaler, så var det en periode i arbeidslivet Cecilie ofte “glemte” jobbtelefonen på do for å slippe å motta telefonsamtaler. Vår mening er at en telefonsamtale også innehar momenter av forventninger og tidspress. Når man ringer noen, så har man en forventning om at personen skal ta telefonen og svare. Hvordan man svarer på telefon kommer an på om man kjenner personen som ringer eller ikke. Er personen kjent, svarer man gjerne: “Hei!” eller “Hallo!”, er derimot personen ukjent svarer man kanskje: “Ja, dette er “Kari/Ola Nordmann”?” eller “Ja, hallo?”. Deretter er det også en forventning om at personen som ringer gjør seg til kjenne, noe som også avhenger av om personene kjenner hverandre fra før eller ikke, før resten av samtalen kan fortsette. Når det gjelder tidspress og telefonsamtaler, så vil det virke unaturlig hvis man tar telefonen og ikke svarer noe innen en viss tid. Det kan fort bli en pinlig stillhet, noe som kan være ubehagelig for begge parter, men kanskje verre for den som stammer skjult. Cecilie opplever altså et tidspress på å svare på telefonen, noe som også gjøre at hun ikke liker å snakke i telefonen. Å kommunisere ansikt til ansikt kan være utfordrende nok, men ved telefonsamtaler har man ikke muligheten til å se hvordan den andre personen reagerer, bortsett fra ved for eksempel Skype og Facetime, noe som kan øke graden av nervøsitet og negative følelser. Vi tolker dermed denne situasjonen som belastende og ubehagelig, på grunn av ulike tidspress og forventninger, slik at den kan føre til kommunikasjonsvansker.

I følge Ane og Cecilie er høytlesning og foredragssituasjoner i skolesammenheng situasjoner som kan være utfordrende og krevende når man har skjult stamming.

(...) På skolen og sånt, så var jeg jo ofte veldig engstelig for presentasjoner og fremføringer. (Ane)

Ja, høytlesning i klassen (...). Jeg husker at jeg ble veldig nervøs for høytlesning i klassen på grunn av stammingen. At jeg var redd for at jeg skulle sitte fast foran klassen, og det ble verre over tid. Så utviklet det seg til at jeg satt der og fikk hjertebank mens jeg ventet på min tur. Jeg prøvde å regne ut hvor i teksten det skulle bli min tur, slik at jeg kunne øve på problemord (...). Jeg håpet på at klokka skulle ringe før det ble min tur. «...». Jeg ville gitt ganske mye for å unngå situasjonen med høytlesning. (Cecilie)

Vår tolkning av disse utsagnene er at høytlesning og fremføringer nettopp preges av forventninger og tidspress. Ane sier at hun på skolen var veldig engstelig for presentasjoner og fremføringer. Hun grudde seg flere år i forveien til å for eksempel presentere og forsvare

bacheloroppgaven på førskolelærerutdanningen. Under en slik seanse er det mange ulike forventninger fra flere hold, både fra en selv, fra lærere og sensorer, klassekamerater og kanskje også fra familie. Det er forventninger om at man skal prestere på høyt nivå, være forberedt, kunne besvare krevende spørsmål og snakke godt for seg. Dette kan virke overveldende på en som stammer skjult. Samtidig innehar denne situasjonen flere momenter av tidspress, da man gjerne skal legge fram den gjennomførte undersøkelsen innen 10-15 min og etterpå svare på krevende spørsmål hvor sensorene forventer et godt svar relativt kjapt. Vår forståelse av dette er at presentasjoner og fremføringer, og da spesielt en slik situasjon som Ane grudde seg til, forståelig nok fryktes av og er stressende for en som stammer skjult. Dette er situasjoner som nettopp karakteriseres med forventninger og tidspress. På denne måten kan det bli vanskelig å kommunisere for en som bruker mye tid og krefter på å skjule stammingen. Videre opplevde Cecilie at høytlesning på skolen var en slik ubehagelig situasjon. Hun var nervøs og redd for at hun skulle sitte fast i ordene foran hele klassen. Det ble bare verre og verre, og hun fikk mer og mer hjertebank mens hun ventet på sin tur. Mens hun satt der og ventet på sin tur og håpet på at skoleklokka skulle ringe til friminutt, prøvde hun å regne ut hvor i teksten de var kommet til når det ble hennes tur, slik at hun kunne øve på ord hun visste hun kom til å stamme på. For oss er det veldig tydelig at høytlesning i skolen ikke var en god opplevelse, men at det forbindes med noe ubehagelig og sårt. Vi oppfatter dette som et tegn på at også denne situasjonen er preget av forventninger og tidspress, noe som gjør det vanskeligere å kommunisere for en med skjult stamming. Under høytlesning forventer læreren kanskje at den hun peker på leser høyt for alle i klassen, eller at man følger en rekkefølge og læreren bestemmer når man bytter på å lese. Disse forventningene og kravene ved lesing øker med alderen. Ved høytlesning følger man gjerne en skreven tekst på et visst antall sider, noe som gjør det vanskelig å bruke de vanlige strategiene for å skjule stammingen siden man må lese det som står. Her er det også et tidspress på hvor fort og godt man leser, og tidspresset øker jo eldre man blir.

Videre skal vi se på det neste underpunktet i denne kategorien, nemlig det som omhandler triks for å fremstå som flytende og slik unngå å eksponere seg og stammingen.

4.1.2 ”Triks” for å unngå å eksponere stammingen

Det siste underpunktet i denne kategorien dreier seg om ulike triks man kan bruke for å skjule stammingen sin. Disse triksene kalles for strategier, eller unngåelsesstrategier, på fagspråket, og er en del av sekundæratferden i stammingen. Våre informanter har, mer eller mindre, et

ønske om å unngå å eksponere seg som en som stammer og vil heller fremstå som flytende. Derfor bruker de enten en eller flere strategier for å skjule stammingen sin. Dette gjør de både på et bevisst og et ubevisst plan, og dette oppstår i situasjoner de opplever som ubehagelige. De situasjonene hvor de benytter seg av ulike strategier for å fremstå mer flytende, er gjerne forbundet med nettopp forventninger og tidspress i forhold til kommunikasjon. Strategiene som våre informanter benytter seg av er å bytte ut ord (synonymer), omformulere setninger og bruke fyllord.

For meg er skjult stamming det at jeg har prøvd å skjule at jeg stammer med å bytte ut ord og omformulere setninger, og samtidig unngå situasjoner. (Ane)

Det må være veldig gjennomtenkt det man skal si. «...». Jeg må bytte ut ord som jeg vet kan gi meg problemer, og man blir veldig god på synonymer til slutt. «...». Jeg skal jo ikke stamme. Jeg bruker alle strategier som finnes for å få flyt. (Dina,)

«...» Det blir en noe konstruert måte å prate på, i tillegg har jeg også erfaring med å bruke fyllord, og å velge andre ord enn det jeg i utgangspunktet hadde tenkt å bruke. (Børge)

Vi tolker det informantene sier her som at de benytter seg av strategier for å fremstå som flytende, noe som i denne sammenhengen vil si å ha fravær av stamming, og at de gjør dette i situasjoner som er ubehagelige eller hvor de føler at de kommer til å stamme. Etter vår mening innehar disse situasjonene momenter av forventninger og tidspress. Når informantene stammer, så føler de at det oppstår brudd i kommunikasjonen, noe som er ubehagelig. I stedet for å føle på det “ubehagelige” i situasjonen og stamme åpent, så velger de å benytte seg av unngåelsesstrategier og stammer skjult.

Ane forteller at hun bytter ut ord og omformulerer setninger for å skjule at hun stammer. De ordene hun bytter ut er gjerne ord som hun vet hun har problemer med. Vi tolker hennes utsagn som at hun benytter seg av strategien å bytte ut problemord når det oppstår en ubehagelige situasjoner, for å unngå å stamme. Dina sier at hun bruker alle strategier som finnes for å få flyt, og uttrykker dermed en større frykt for å stamme. Hun sier videre at hun bytter ut ord som hun vet kan gi henne problemer, slik som Ane, og at hun på denne måten har blitt veldig god på synonymer. Vår tolkning av Dinas utsagn er at hun også benytter seg av samme strategi som Ane, bytter ut ord med andre synonymer, for å unngå å eksponere seg og fremstå flytende når det oppstår ubehagelige situasjoner. Børge har også for vane å bytte ut ord som han vet han kan stamme på, men samtidig så sier han at han også benytter seg av

fyllord. Fyllord kan for eksempel være å gjenta ord, eller å fylle inn med korte ord som “Ehh”, “hmm”, “Ehm”, “Nei”, ”Ja”, “Men”, “Altså”, “Liksom” etc. Børge fremstår kanskje som noe mer reflektert eller bevisst enn Ane og Dina, da han sier at det å benytte seg av strategier er en konstruert måte å snakke på. Han sier også at han bytter ut ord han vet han kan stamme på, for å nettopp fremstå som mer flytende. Samtidig benytter han seg av fyllord, noe man gjerne gjør ubevisst når man er usikker, nervøs og i ubehagelige situasjoner. Disse tre utsagnene understreker etter vår mening at det er de ubehagelige ved visse situasjoner, der man er usikker, nervøs eller føler seg utrygg, som får informantene til å benytte strategier for å kommunisere flytende.

I denne kategorien har vi presentert funn som vi mener viser en sammenheng mellom skjult stamming og kommunikasjonsvansker, ved hjelp av underpunktene “forventninger og tidspress” og “”Triks” for å unngå å eksponere stammingen”. Videre i oppgaven vil vi presentere en kategori som vi mener viser en sammenheng mellom skjult stamming og nedsatt livskvalitet.

4.2 Skjult stamming og nedsatt livskvalitet

Denne kategorien handler om at følelser og stigmatisering kan hindre en i å være den man egentlig er og leve det livet man egentlig vil leve. Det å ikke få være den man egentlig ønsker å være og ofte gå og kjenne på negative følelser og tanker i hverdagen, altså det indre følelsesliv, vil etter vår oppfatning føre til en nedsatt livskvalitet. Underpunktene i denne kategorien har derfor blitt *følelser* og *stigmatisering*. Underpunktet *følelser* omhandler ulike følelser som informantene kjenner på i forbindelse med at de stammer skjult og tanker de ellers har om denne vansken, men også hvordan disse tankene og følelsene kan føre til en nedsatt livskvalitet. De ulike følelsene vi skal se nærmere på under dette punktet er skam, redsel og flauhet. Det andre og siste underpunktet i denne kategorien, er *stigmatisering* og dreier seg om informantenes tanker om og frykt for å bli stemplet som en “avvikler”, både av media og andre personer i samfunnet ellers. Underpunktet handler også om det vi vil kalle selvstigmatisering, noe som vil si at de snakker og tenker nedsettende om seg selv.

4.2.1 Følelser

Dette underpunktet dreier seg om hvordan ulike følelser kan påvirke den skjulte stammingen, noe som igjen gir utslag på livskvaliteten til informanten enten i en positiv eller negativ

retning. Disse følelsene vi skal se nærmere på her er av den negative arten som de kjenner på i stammeøyeblikket og tanker de ellers har om det å stamme skjult. Skjult stamming dreier seg i stor grad om den delen av “stamme-isfjellet” man ikke ser, den delen som ligger under “havoverflaten”. Personen kommer til å ha stamming resten av livet, i større eller mindre grad, selv om han eller hun klarer å redusere mengden med skjult stamming. Derfor er det viktig å ta tak i det som ligger under “havoverflaten” eller følelsene. Børge er den som fullt ut har akseptert stammingen og er åpen om det til andre. Dette vil si at han har få negative følelser om stammingen, og han har generelt høy livskvalitet til tross for at han nå stammer åpent. Dette er også, etter vår mening, grunnen til at han ikke nevner noen konkrete følelser som han eventuelt har hatt om det å stamme skjult. Det er et tilbakelagt kapittel og derfor er det heller ikke noen av hans utsagn i dette underpunktet. Også Ane og Cecilie har en høy livskvalitet i dag og få negative tanker og følelser om stammingen sin, noe vi mener er fordi de har akseptert stammingen sin og er åpne om den. De har selvfølgelig noen dårlige perioder hvor de faller tilbake til “gamle synder” og skjuler stammingen, men i det store og hele ser de positivt på livet og tilværelsen. De har trolig hatt mer under “havoverflaten” enn Børge, siden de fortsatt husker disse følelsene såpass sterkt som de gjør. Dina er den som fortsatt skjuler stammingen helt for alle andre enn den nærmeste familie og som ikke har akseptert at hun stammer, noe som gjør at hun har mange negative følelser og tanker om stammingen. Dette påvirker igjen hennes innstilling til livet. De ulike følelsene vi kommer til å ta opp i dette underpunktet, er skam (skyldfølelse), redsel (nervøs, engstelig, skummelt), flauhet (ydmykelse).

Ane hadde for noen år tilbake mange negative følelser om stammingen sin, før hun lærte å aksepterte den. Hun har følgende utsagn om stammingen sin:

Før så var stammingen et veldig problem fordi jeg var redd for reaksjoner da. At andre skulle le av meg eller bli sjokkerte. Eller irriterte for at de må vente på at jeg skal klare å si det jeg skal si, for eksempel. Og at jeg ikke skulle være kul nok, bra nok og alt det der.

Det er slitsomt fysisk og drive å tenke på det, og drive å stresse med det også. Ja, også den ydmykelsen du får litt hele tiden, den er fryktelig slitsom.

Etter å ha gått til logoped en stund, så fikk jeg mer aksept for stammingen min. Jeg ble også mindre flau over det og alt sann.

Ja, det påvirker jo selvtilliten min da. Det har gitt meg dårligere selvtillit. At jeg gikk rundt og var mer engstelig, skamfull og nervøs.

I det første utsagnet ser vi at stammingen gjorde at Ane ble redd for at hun skulle få reaksjoner på den, at andre skulle le av henne, bli sjokkerte eller irriterte fordi de måtte vente på det hun skal si. Hun var også redd for å ikke være “kul” nok eller bra nok, som hun sier. Vi tolker dette som at stammingen gjorde henne engstelig for å stamme åpent, for å ikke være bra nok og ikke strekke til, og derfor valgte å skjule stammingen. Videre i utsagn nummer to sier hun at det er slitsomt fysisk og psykisk å stamme, men også at det er slitsomt å hele tiden bli litt ydmyket. Vår tolkning av dette utsagnet er at hun følte seg ydmyket når hun stammet åpent, noe som er en påkjenning fysisk og psykisk. Ydmyket i denne situasjonen kan også forklares som å bli nedverdiget eller såret, altså negative følelser som følge av stammingen. Reaksjoner på fysisk påkjenning kan være å bli svett i hendene, økt puls og/eller vondt i magen, mens psykiske reaksjoner kan være å bli utmattet og sliten og økte negative tanker og følelser. Vår oppfatning av dette er at det da er bedre og lettere å ty til skjult stamming enn det er å måtte kjenne på disse negative følelsene når man stammer åpent. Selv om det måtte føre til en nedsatt livskvalitet i det lange løp. I det tredje utsagnet sier Ane at hun fikk mer aksept for og ble mindre flau over stammingen etter å ha gått til logoped en stund. Vi oppfatter dette som at det å stamme er forbundet med noe som er utenfor “min” kontroll og veldig anstrengende. Det at man ikke har kontroll på ting i livet når man er voksen kan være flaut for mange, derfor blir det på denne måten flaut å stamme. Å lage ufrivillige lyder og grimaser, noe som gjerne følger med stammingen i ulik grad, kan forståelig nok gjøre en flau. Det fjerde og siste utsagnet dreier seg om at stammingen har gitt henne dårligere selvtillit, at det førte til mer engstelse, skam og nervøsitet. Dette tolker vi som at skjult stamming fører til mer negative følelser, og som igjen kan gi en dårligere selvtillit og selvfølelse. For oss er det dermed nærliggende å tro at negative følelser også vil føre til nedsatt livskvalitet.

Cecilie har også flere ganger har kjent på skamfølelsen.

Jeg ville gitt ganske mye for å unngå situasjonen med høytlesning. (...) Jeg hadde aldri kommet på tanken om at jeg kunne si ifra, at jeg kunne fortelle det. Dette var noe skamfullt. Ingen skulle vite at dette var vanskelig, og jeg lurte på om det var fordi det ikke var vanskelig tidligere. Så det var skamfullt fordi jeg opplevde at jeg ikke lenger kunne klare noe som jeg fint klarte før.

(...) Den som vennene mine trodde jeg var, var ikke den jeg er. Og det er utfordrende når man vet at den personen man viser til verden, ikke er ditt sanne jeg. Man har alltid dette dobbeltlivet og man skammer seg over det hele tiden. Mine beste venner vet jo ikke hundre prosent hvem jeg er. Til tross for at de har sett både gode og dårlige sider

ved meg (...). De kjenner meg godt, men ikke dette aspektet. Og nå som jeg er voksen, hvordan kan jeg ta opp dette temaet nå?

I det første utsagnet forteller hun at hadde problemer med høytlesning på skolen på grunn av stammingen, og at hun opplevde dette som skamfullt fordi hun ikke lenger klarte noe som hun fint klarte før. I intervjuet fortalte hun også om en konkret episode med høytlesning. Hun skulle lese høyt fra Bibelen på en julekonsert da hun var 16 år, men dagen før fikk hun panikk fordi hun ikke fikk det til på grunn av stammingen. Derfor lot hun som hun var afonisk, at hun hadde mistet stemmen, når dagen for fremførelsen kom slik at hun kunne slippe å gjennomføre det. Det at hun valgte å ikke gjennomføre det, syntes hun også var skamfullt. Men det var uansett bedre enn tanken på å stå der foran alle og merkbart plages med stammingen. Vår tolkning av dette er at det å ikke få til, og å velge å ikke gjennomføre ting på grunn av stammingen, oppleves som skamfullt. Følelsen av å ikke mestre det som virker lett for andre, kan lett gjøre en mer nedtrykt og skape dårligere selvfølelse. På sikt mener vi at dette vil gi en nedsatt livskvalitet.

Til slutt skal vi ta Dinas utsagn nærmere i øyesyn. Hun er den av informantene som ikke har vært åpen om sin stamming for andre enn sine aller nærmeste.

Jeg prøver å legge inn litt sånn frivillig stamming når jeg får litt sånne oppgaver. Og det synes jeg er kjempeskummelt, for da må jeg på en måte utlevere meg selv. For jeg skal jo ikke stamme. Jeg bruker alle strategier som finnes for å få flyt. (...) Men samtidig så ser jeg jo det at det er jo ikke noen reaksjoner. Man forventer at folk skal miste ting de har i hendene og bare *innpust* og "Hva er det som skjer nå?". (Dina)

Dina er den som fortsatt definerer seg som en "100% skjult stammer", som hun selv sier i intervjuet, men som prøver å legge inn litt frivillig stamming som logopeden har lært henne. Dette er noe hun synes er veldig skummelt fordi hun da må eksponere seg selv og stammingen blir synlig og hørbar, noe hun vil unngå, og derfor bruker alle "triksene" i boka for å virke flytende. Samtidig så erkjenner hun at folk ikke reagerer på den måten som hun forventer at de skal reagere. Vi tolker dette som at det er vanskelig å åpne opp og fortelle om stammingen når man har hatt skjult stamming så lenge. Det er også viktig å huske på at det er forskjell på mennesker, og at noen har et mindre eksponeringsbehov og er mer introverte enn andre. Uansett er det vår oppfatning at det er bra for Dina å trene på å gjøre stammingen mer synlig og hørbar og være mer åpen om problemet, da det vil ha positive effekter på

følelseslivet og livskvaliteten hennes.

Videre skal vi se på det neste underpunktet i denne kategorien, nemlig at stigmatisering også kan ha en innvirkning på livskvaliteten til en som stammer skjult.

4.2.2 Stigmatisering

Dette underpunktet handler om informantenes tanker om og frykt for å bli stemplet som en “avviker”. Personer blir stigmatisert ut fra hvordan andre forstår eller opplever dem.

Stigmatisering kan slik sett komme fra både offentlige (media og andre offentlige instansers diskriminering av stereotypier eller avvik) og andre etablerte strukturer og normer i samfunnet (regler, reguleringer og normer i private eller offentlige institusjoner). Stigmatisering er sterkt knyttet til individets tanker og holdninger til en selv, og det er derfor klart at stamming kan være en stigmatiserende vanske og slik påvirke selvet. Underpunktet handler også om selvstigmatisering, noe som vil si at informantene snakker og tenker nedsettende om seg selv og stammingen. Vi skal se nærmere på noen utsagn fra Ane, Børge og Dina.

Ja, det var vel et bevisst valg at jeg begynte å skjule stammingen. «...». Jeg syntes det var ekkelt med reaksjoner, og ville ikke ha reaksjoner på det (...). Så visste jeg jo også at generelt verden rundt... Jeg har jo en oppfatning av folk som stammer. Det høres så rart og morsomt ut, noe man kan le av. Så har de som stammer litt grimaser, som på tv og film vet du. Så de som stammer blir jo ofte framstilt som litt mer dumme. (Ane)

Ane forteller her at det var et bevisst valg at hun begynte å skjule stammingen, fordi hun ikke ville ha reaksjoner på det. Hun oppfattet også at folk, inkludert seg selv, har en oppfatning av eller fordommer mot folk som stammer. De blir av media, som film og tv, framstilt som dumme, de har rare grimaser, folk ler av stammingen og det blir framstilt som noe rart og morsomt. Vår tolkning av Anes utsagn er at hun observerte at personer som stammer blir framstilt som rare og dumme, noe hun ikke ønsket å bli oppfattet som. Hun ønsket ikke reaksjoner i det hele tatt, noe som var en av grunnene til at hun valgte å skjule stammingen.

I det neste utsagnet skal vi se at Børge tenker mye om sin stamming, og innbiller seg at også andre rundt ham tenker det samme.

Ja, jeg ser på stammingen som et problem. Den ene grunnen til det er i mitt eget hode, altså alt som har med stamming å gjøre det er i mitt hode. Hva andre mener er ikke så

viktig. (...) Det er hva jeg tror andre mener, som er viktig. «...». Så jeg kan gå å innbille meg at han og hun mener slik og slik om min måte å snakke på. Sannsynligvis mener de ingenting, men jeg tror de mener veldig mye. «...». Jeg hører jo at det her er en veldig rar måte å prate på. Dette gjør at jeg hele tiden har noe å kjempe imot, og at jeg ikke fremstår som jeg egentlig vil. (Børge)

I dette utsagnet forteller Børge om at stammingen er et problem og at det er i hans eget hode at stammingen oppleves som et problem. Hva andre *mener* er ikke så viktig, med det er hva han *tror* at andre mener som er viktig. Han kan gå å innbille seg at andre mener veldig mye om han og stammingen, selv om de sannsynligvis ikke mener så veldig mye om akkurat det. Videre sier han også at han er klar over at det å stamme og å bytte ut ord etc, er en rar måte å prate på, noe som gjør at det hele tiden er noe å kjempe imot og at han ikke fremstår som han vil. Vi tolker dette som at også Børge er redd for å bli fremstilt som rar og dum, noe som er helt naturlig. Han har også kanskje opplevd, slik som Ane, at media viser et “falskt” bilde av folk som stammer, noe seere, lesere eller lyttere lett kan mistolke. Ingen har lyst til å bli latterliggjort. Gradvis skjulte han stammingen mer. Dette førte til at han pratet på en spesiell måte, med å bytte ut ord og benytte fyllord, og til slutt ikke fikk til å være den han egentlig er. Slik sett la hans egne tanker om seg selv og stammingen, og hans oppfatning av andres tanker om stamming, en liten demper på livskvaliteten i de dårligere periodene. I de dårlige periodene er det mer skjult stamming, i motsetning til de gode periodene hvor stammingen er åpen. Dette vil si at Børge til en viss grad har følt både på offentlig stigmatisering og selvstigmatisering.

Vi skal se på enda et utsagn av Børge, om å være på jobbintervju:

(...) Jeg har vært på mange jobbintervjuer fordi jeg er i mediebransjen. Og jeg har prøvd ut og tenkt mye: “Skal jeg være åpen og ærlig?”, “Skal jeg la være å prate om det?”, “Skal jeg bruke McGuire? Skal jeg bruke McGuire på en sann måte at jeg snakker flytende, at man ikke hører at jeg stammer? Eller skal jeg bruke hele McGuire-teknikken og bruke frivillig stamming og alt jeg har lært?”. (...) Det som er risikoen er at den som skal intervjuer deg, hører at du stammer. «...». Den arbeidsgiveren kan sitte med veldig mange spørsmål som han ikke får svar på. Det behøver ikke å bety at den arbeidsgiveren bruker stammingen bevisst mot meg, men det kan ha den uheldige konsekvensen at jeg ikke får jobben allikevel. «...». Så jeg har valgt å være åpen om det (...). En hovedregel, du skal ikke åpne med det. Det er veldig feil. Hvis man åpner med det, så gjør man det til et mye større problem enn det egentlig er. (...) Da får du ikke jobb (...). Det vet jeg, for det har jeg prøvd, og det ble veldig feil. (Børge)

Børge forteller i dette utsagnet at han jobber i mediebransjen, og har vært på en del jobbintervjuer på grunn av et presset jobbmarked. I den forbindelse har han tenkt mye på om han skal være åpen om stammingen, om han skjule den eller bruke teknikker fra “McGuire - kurset” han har vært på. Risikoen, som han sier, er at intervjueren hører at du stammer, noe som kan bety at han ikke får jobben selv om det ikke er bevisst. Han har valgt å være åpen om stammingen, men han åpner ikke intervjuet med å fortelle om det. Vår tolkning av Børges utsagn er at et jobbintervju kan være en utfordring når man har skjult stamming, da det er så mye man må tenke over både før og under intervjuet. De fleste ønsker å vise seg fra sin beste side på et jobbintervju, men en slik situasjon kan være veldig ubehagelig for en som stammer skjult og ikke får til å være seg selv fullt og helt. Videre sier han at han har opplevd å ikke få en jobb når han vist stammingen uten å spesifikt nevne den, men også når han vært åpen om den. Han sier at han ikke tror dette har vært bevisst fra arbeidsgivers side, men at det likevel har skjedd. Hvis det er tilfelle at Børge ikke har fått en jobb han har vært kvalifisert for, men at stammingen har vært den avgjørende faktoren, kan det se ut som at Børge har opplevd strukturell stigmatisering.

Til slutt skal vi se nærmere på Dinas utsagn og at hun vil være som alle andre og ikke skille seg ut.

Man er ikke så gammel før man erfarer at man er litt annerledes enn alle andre. «...». (...) Jeg ser at alle andre har flyt og jeg skal ikke være annerledes jeg enn alle andre. Det er jo gjerne sånn at man har jo ikke lyst til å stikke seg ut i den alderen. (Dina)

Dina forteller her at hun ikke var så gammel før hun erfarte at hun var litt annerledes enn alle andre, og i den alderen (barneskolealder) har man ikke lyst til å stikke seg ut. Hun hører og ser at alle andre har flyt, og hun skal ikke være annerledes enn alle andre. For å passe inn, så begynte hun å skjule stammingen. Vi tolker det å ville være som alle andre som et tegn på usikkerhet på seg selv og hva andre tenker om en. Derfor gir man avkall på den man egentlig er, for å ikke være en som “avviker” fra normalen og slik sett bli akseptert. Å være usikker på seg selv kan alle være en gang i blant, men Dina er redd for å få reaksjoner på stammingen og ønsker å fremstå som flytende. Hun har ikke lyst til å være den som blir kalt dum og rar eller å bli ledd av, eller bli stigmatisert. Et annet sted i intervjuet sier hun derimot at hun aldri har fått noen negative reaksjoner på stammingen sin, hverken på skolen, jobb eller hverdagen. Det ser ut til at hun *innbiller seg* at andre tenker negativt om henne og stammingen. Denne

innbilningen mener vi kan ha skapt en form for selvstigmatisering hos henne, noe som igjen fører til en nedsatt livskvalitet. I intervjuet sier hun også at hun ikke lever det livet hun egentlig vil leve og ikke er den hun egentlig vil være, noe vi tolker som nedsatt livskvalitet.

Vi har i denne kategorien presentert funn som etter vår mening viser en sammenheng mellom skjult stamming og nedsatt livskvalitet, ved hjelp av underpunktene “følelser” og “stigmatisering”. Videre i oppgaven vil vi presentere en kategori som består av to faktorer, som vi har tolket som avgjørende for en økt livskvalitet for de med skjult stamming. Disse faktorene har blitt underpunktene “Aksept for stammingen” og “Åpenhet om stammingen”.

4.3 Sentrale faktorer for forbedret livskvalitet ved skjult stamming

Denne kategorien handler om hva som har vært avgjørende faktorer i informantenes behandling, slik at de oppnår en bedre livskvalitet. Vi forstår begrepet livskvalitet som enkeltpersoners psykiske velvære og er slik en tilstand hos den enkelte. Dette vil si følelsen eller opplevelsen av å ha det godt, og en grunnstemning av glede. For å oppnå denne tilstanden, så mener informantene våre at de avgjørende faktorene i behandlingen har vært å *akseptere* at man stammer og tørre å være *åpen* om sin stamming ovenfor andre. Denne kategorien har derfor fått underpunktene *aksept for stammingen* og *åpenhet om stammingen*. Disse underpunktene går egentlig litt over i hverandre, da de henger uløselig sammen. For å akseptere stammingen helt, må man også være åpen om den. Vi har likevel valgt å dele faktorene inn i to underpunkter, siden informantene omtaler dem separat i intervjuene. Tre av informantene har således kommet langt i behandlingen, og har akseptert stammingen og er åpne om problemet sitt. *Dina* er den eneste som fortsatt definerer seg selv som en 100% skjult stammer.

4.3.1 Aksept for stammingen

Dette underpunktet dreier seg om å akseptere stammingen som *en del* av seg selv, og ikke at stammingen *er alt* ved en selv. Et liv med mangel på selvaksept, aksept for den man er, vil prege livet på en negativ måte, i motsetning til et liv med selvaksept hvor personen vil oppleve høy livskvalitet. Livskvaliteten vil slik påvirkes positivt eller negativt, alt ettersom hvor langt man er kommet i akseptfasen. Skjult stamming handler mye om den delen av “stamme-isfjellet” man ikke ser, den delen som ligger under “havoverflaten” eller det indre følelsesliv. Siden stamming er noe personen kommer til å ha hele livet, i mer eller mindre

grad, er det viktig å ta tak i det som ligger under “havoverflaten”. Derfor er aksept en betydningsfull faktor for en som stammer skjult. Børge er den eneste som ikke har omtalt aksept som en viktig faktor for forbedret livskvalitet, noe som kan ha en sammenheng med at han i dag definerer seg som en åpen stammer. Dette tolker vi som at han har akseptert seg selv og stammingen, selv om han fortsatt har gode og dårlige dager. Vi skal nå se nærmere på hva Ane, Cecilie og Dina uttaler om aksept av stammingen.

(...) Jeg har lært meg å akseptere stammingen og at jeg stammer sånn. «...». Hun (logopeden) har tatt meg på alvor, og ikke bare fokusert på det tekniske med teknikker, men også det emosjonelle. (Ane)

Ane vektlegger at logopeden har tatt henne på alvor ved å fokusere på det emosjonelle, i tillegg til det tekniske. Vi tolker det tekniske ved stamming som den synlige og hørbare stammingen, altså det over “havoverflaten”. Det emosjonelle blir i så måte det under “havoverflaten”, den “usynlige” stammingen som dreier seg om tanker og følelser. Videre er vår tolkning av utsagnet at aksept og fokus på det emosjonelle ved å stamme, har gjort at Ane stammer mindre og på denne måten har fått en bedre livskvalitet.

Cecilie forteller at stammingen har vært vanskelig.

Det var en jul og det var veldig vanskelig med stammingen. Jeg satt i trappa og gråt og gråt. Jeg fortalte kjæresten min at dette var det verste i livet mitt og at jeg ville bli kvitt det. Det var så mye unngåelse i livet mitt at jeg opplevde alt som rot. Så begynte vi å søke på gulesider og kom over noe som het logoped. Det hadde vi ikke hørt om før! Og så ringte jeg til den lokale logopedtjenesten og fikk time. Så jeg tror ting begynte å skje nesten med en gang, det at jeg hadde begynt å anerkjenne det for det det var og hadde satt stammingen på “bordet”. (Cecilie)

Her forteller Cecilie om en episode som fikk henne til å ta kontakt med logoped for å få hjelp med stammingen sin, fordi hun opplevde all unngåelsen som forstyrrelser i livet. Unngåelse tolker vi som strategier, eller triks, for å unngå å stamme slik at hun slipper å eksponere seg selv som en som stammer. Aksepterer man derimot stammingen vil man ikke bruke strategier i like stor grad. For Cecilie startet prosessen med aksept da hun kontaktet logopeden. Vi tolker dette som et tegn på at å akseptere stammingen også handler om å akseptere at man trenger hjelp og ikke kan takle alt alene. Aksept i denne sammenhengen handler også om å akseptere at man kommer til å ha stamming resten av livet. Cecilie sier at hun ønsket å bli

kvitt stammingen, noe som ikke er helt realistisk. Det som derimot er realistisk er at hun kan ta kontroll over og akseptere stammingen på flere måter, men fortsatt ha litt åpen stamming. Det lille som måtte være igjen av stamming etter det, er til å leve med fordi man har fått ordnet opp i sine tanker og følelser som ligger under “havoverflaten” og i sitt indre ved hjelp av aksept. Og slik sett kan dette også gi en økt livskvalitet.

Til slutt skal vi se at Dina har vanskeligheter med å akseptere at hun stammer.

Det går veldig mye på aksept da. «...». At det skal være rom for aksept. Aksept for den jeg er. «...». Jeg må begynne å akseptere det mer, men det er ikke så lett når du har vært skjult stammer så lenge. (Dina)

Dina er den som av informantene som fortsatt ikke har akseptert stammingen sin, og som gjør alt hun kan for å unngå å stamme. Hun har, som hun sier, ikke akseptert den hun er. Derimot er hun bevisst på hva som skal til for å få bukt med stammingen, og det er å akseptere seg selv, selv om ikke det er så lett. Vi tolker dette utsagnet som at hun anser aksept for å være en viktig faktor for å nettopp oppnå bedre livskvalitet, og noe hun ønsker å få til, selv om veien dit er lang og krevende.

Det neste underpunktet i denne kategorien, er faktoren *åpenhet*.

4.3.2 Åpenhet om stammingen

Dette underpunktet handler om at åpenhet om stammingen også er en viktig faktor, i følge våre informanter, for å forbedre livskvaliteten. Åpenhet handler i denne sammenhengen om å fortelle andre, både venner, familie og ukjente, at man stammer, men at det er “helt greit”. På denne måten hjelper åpenheten til å ta kontroll over stammingen, og akseptere den fullt ut. Det handler også om å tørre å vise at man stammer, og ikke blir redd og heller unngår situasjonen. På grunn av dette blir åpenhet en viktig faktor i intervensjonen. Dina er den eneste som ikke åpen om stammingen sin med noen, bortsett fra den nærmeste familien. Børge og Ane er helt åpne om sin stamming, mens Cecilie er det vi vil kalle delvis åpen. Hun er åpen om stammingen til nye personer, men sliter derimot å fortelle det til venner hun har kjent helt siden de var barn.

Hvis jeg prøver å skjule det, så har jeg i ettertid tenkt at det var uklokt, fordi da gir jeg inntrykk av at jeg har noe å skjule. Det kan også gi inntrykk av at det her er ikke noe jeg bryr meg med. «...». Så jeg har valgt å være åpen om det, men det er veldig mange måter å være åpen på. (Børge)

Jeg tror også på det å ufarliggjøre det noe. «...». Så når man er voksen, så kan man få et utbytte av å eksponere seg og tøyse litt grenser. Kjenne litt på det uten at det blir så ubehagelig, men bidrar til at “Det her må jeg leve med alltid og det kan jeg ikke gjøre noe med”. (Børge)

I det første utsagnet sier Børge at han synes det er uklokt å skjule stammingen, da det gir inntrykk at han har noe å skjule og at han ikke bryr seg om det. Vi tolker dette slik at det dermed er lurt å være åpen om stammingen, noe han har vært store deler av livet, samtidig som det er mange måter å være åpen på. Det tolker vi som at personen selv må bestemme når, hvor og hvordan han eller hun ønsker å fortelle om stammingen sin. I det andre og siste utsagnet forteller han at man kan ha stort utbytte av å eksponere stammingen, og kjenne på at det ikke trenger å være så ubehagelig allikevel. Det kan, i følge Børge, bidra til at man aksepterer at stammingen kommer til å være med en hele livet. Vår tolkning av dette er at å være åpen om stammingen er med på å ufarliggjøre problemet. På denne måten kan man snu tankegangen fra negativ (“Dette er skummelt! De kommer til å le, derfor er det bedre å være stille...”) til positiv (“Dette kan jeg! Det er ikke så farlig om jeg stammer litt!”), og dermed begynne å akseptere stammingen mer. Dette vil igjen føre til en bedret livskvalitet.

Videre skal vi se nærmere på et utsagn fra Cecilie.

(...) Jeg har nylig spurt mamma om (...) stammingen. Jeg har vært litt redd for hva de skulle si. Fordi det var jeg som var redd. Hva hvis de skulle si at “Nei, men det har aldri vært stamming.”. «...». Hva hvis alt er oppe i hodet mitt, og at det ikke var ekte? Hva hvis jeg hadde skapt et problem som ikke finnes, hva vil det bety for mitt selvbilde og alt? Jeg tror ikke folk visste om det. Men jeg visste. Jeg visste at det var noe i veien. «...». Jeg har ikke noe problem med å fortelle det til nye mennesker. Jeg synes det er mer vanskelig å si det til de som jeg har kjent i flere år og som ikke vet det. Det er en utfordring nå og “komme ut”.

Cecilie forteller her at hun har vært redd for å snakke med sin mor om stammingen, fordi hun var redd for at de skulle si at det bare var i hennes eget hode og at det aldri hadde eksistert noe stamming. Foreldrene har visst om stammingen helt siden hun begynte å stamme i 9-årsalderen. De har derimot ikke hatt en åpen dialog om stammingen. Vår mening er at Cecilie har blitt usikker på om det hun sliter med er reelt eller ikke, på grunn av mangel på åpen

dialog i familien om stammingen. Hun sier videre at hun ikke har problemer å fortelle det til nye og ukjente personer, men at hun derimot synes det er vanskeligere å fortelle det til de som hun har kjent i flere år og som ikke vet. Vi tolker dette som at det er enklere å ta kontroll over stammingen og være åpen om den til personer som ikke har noen forventninger til deg, enn å fortelle om noe man har slitt med i flere år til noen som egentlig kjenner en godt. Hun er etter vår mening redd for at de som kjenner henne godt, men ikke denne siden ved henne, ikke vil akseptere henne like mye lenger siden hun har “løyet” om hvem hun er. Det å ikke fortelle om det man sliter med, gjør at man undertrykker det og slik sett ikke lever livet slik man egentlig vil og bør. Vi er dog av den oppfatning Cecilie er klar over at det er en nødvendighet å være åpen om stammingen, for at hun fullt ut skal kunne akseptere seg selv og øke livskvaliteten enda ett hakk.

Til slutt skal vi se på et utsagn fra Dina.

Om det er noen fordeler med å stamme åpent? Tja, for en som stammer skjult så er det jo veldig mange ulemper, for da må du jo eksponere deg selv. Alle ser at du stammer, og det går jo ikke. «...». Men jeg prøver å utfordre meg selv, jeg tar i mot utfordringer. Selv om det fortsatt er veldig vanskelig.

Dina er den som hverken er åpen om eller aksepterer at hun stammer. Hun sier her at for en som stammer skjult er det mange ulemper med å stamme åpent. Stammer man åpent blir man nødt til å eksponere seg, noe hun vil unngå. Vi tolker Dinas utsagn slik at det å stamme åpent, er forenelig med å eksponere seg og være åpen om problemet. Hun ønsker å stamme skjult slik at det ikke blir synlig eller hørbart at hun stammer. Til slutt sier hun derimot at hun prøver å utfordre seg selv på dette, selv om det er vanskelig. Vår tolkning er at det er vanskelig å være åpen om dette og at det tar tid å komme dithen at man har åpen stamming, men at det også må skje i sammenheng med aksept. På denne måten vet hun hva som skal til for å få en bedre livskvalitet, i og med at hun prøver å utfordre seg selv på å være åpen om problemet.

I denne kategorien har vi presentert funn som vi oppfatter som viktige og avgjørende for å øke livskvaliteten. Disse avgjørende faktorene har også blitt underpunktene i denne kategorien, nemlig “aksept for stammingen” og “åpenhet om stammingen”. Videre i oppgaven vil vi

presentere en kategori hvor Cecilie, som er logoped, sammenfatter sine, og våre, tanker og spørsmål om skjult stamming.

4.4 Skjult stamming eller sekundæratferd – et kontinuum?

Denne kategorien har vi laget på bakgrunn av et utsagn Cecilie kom med helt på tampen av intervjuet, og vi ser på det som et “bonusfunn”. Hun tar opp spørsmål hun selv lurte på angående skjult stamming. I og med at Cecilie er logoped og jobber med taleflytvansker, har hun svært god fagkunnskap om stamming og skjult stamming.

“(…) Jeg jobber med mange personer som stammer, og jeg ser at de aller fleste skjuler stammingen i en viss grad. Så jeg lurte på om det gjelder alle de med skjult stamming, eller om det er den ene enden av skalaen? Hvor det er MYE skjuling..? (...) Jeg vet ikke. Hvordan differensierer man gruppene? Finnes det en gruppe som har mer åpen stamming og en gruppe som skjuler? Jeg vet ikke. Jeg er litt nysgjerrig på dette.”

Cecilie forteller at hun jobber med mange mennesker som stammer. Hun ser at de aller fleste skjuler stammingen til en viss grad og vi tolker dette som at de fleste som stammer bruker ulike unngåelsesteknikker i forskjellige situasjoner. Cecilie stiller spørsmålsteget ved om det finnes to grupper, en med åpen stamming og en med skjult stamming. Vi tolker dette som at hun lurte på hvordan man kan skille gruppene, da de har mye av det samme innholdet. De inneholder både stamming og skjuling, men mengden er ulik i gruppene.

I det neste kapittelet vil vi drøfte de ulike funnene og kategoriene opp i mot teori, for på denne måten å belyse det interessante ved informantenes utsagn. De ulike tilhørende underpunktene til kategoriene vil her bli slått sammen og diskutert simultant i kategorien, for å skape en bedre flyt.

5. Drøfting

Hensikten med denne oppgaven har vært å få et innblikk i hvordan hverdagen er for personer som har skjult stamming. Vi har gjennomført fire semistrukturerte forskningsintervjuer, og sitter igjen med fire forskjellige livshistorier, hva skjult stamming angår. Den skjulte stammingen har påvirket, og påvirker fortsatt, hverdagen og livet til informantene i varierende grad den dag i dag.

Selv om informantene deler fire unike og individuelle historier, så ser vi at alle historiene har noe til felles. Alle fire har gjort seg opp tanker rundt sin skjulte stamming, hvordan den påvirker deres hverdag, og hva de finner mest utfordrende. De husker alle situasjoner rundt sin skjulte stamming som har “brent” seg fast i minnet, og som har vekt sterke følelser i dem. De forteller alle hvordan deres hverdag var da de først merket at de stammet, og hvordan de håndterer stammingen i dag. Børge er den som i størst grad har akseptert seg selv som en person som stammer og lar nå stammingen slippe til, mens Dina er den som fortsatt preges mest av den skjulte stammingen.

I dette kapitlet vil vi derfor trekke fram funnene våre, og knytte dette opp mot aktuell teori. Aller først vil vi diskutere hva som kan gi vansker med å kommunisere når man har skjult stamming.

5.1 Stamming og kommunikasjonsvansker

I utdragene fra intervjuene gjengitt i det forrige kapitlet kommer det fram at alle informantene, i ulik grad og i ulike situasjoner, blir påvirket av forventninger og tidspress. De føler at den de snakker med forventer et svar innen en gitt tidsramme, og dette svaret er i mange situasjoner et standardisert svar.

Både Børge og Dina nevner situasjoner på butikken hvor de enten skal spørre om de kan få en pose, eller svare på spørsmål om de trenger pose. Her er det vanlig å bruke “standardiserte” fraser, og både den som spør og den som svarer har forventninger om hvordan den andre vil formulere sin uttalelse. Kaasin og Bjerkan (1982) utførte en studie for å se på forholdet mellom stamming på *kritiske ord* og *ikke-kritiske ord*. Med *kritiske ord* menes ord som har høyt meningsinnhold, ord som må sies for at det ønskede budskapet skal kunne formidles (Bjerkan, 1984). Hvis man vil spørre noen om hva klokken er (“hva er klokken?”), vil i følge

Bjerkan (1984) “klokken” være det kritiske ordet som må uttrykkes for at du skal få frem det du mener. Studien kom fram til at det ble stammet merkbart mer på kritiske ord (35,8%), sammenlignet med ikke-kritiske ord (8,4%) (Kaasin & Bjerkan, 1982). Denne studien underbygger at det i enkelte situasjoner vil være vanskeligere å skjule stammingen enn i andre, da det er få ord som skal sies, og konsentrasjonen av meningsbærende ord i setningen er høy. Dette gjelder også Cecilie som sier at hun synes det er vanskelig å ta telefonen, fordi det er forventninger til hva hun skal si for å åpne samtalen.

I noen situasjoner vil egennavnet være det kritiske ordet i setningen. Når Børge skal presentere seg for nye mennesker, sier han at det ved flere tilfeller har låst seg når han skal si “Børge”, eller *fornavn mellomnavn etternavn*. Dette stemmer godt overens med det Bjerkan (1984) sier, at ordet med mest meningsinnhold er det mest utsatte i setningen. Også Wingate (1979, referert i Yairi & Seery, 2015) sier at det er mye større sannsynlighet å stamme på sitt eget navn, sammenlignet med en setning sammensatt av ord uten spesiell mening, og han, som Bjerkan (1984), begrunner dette med forskjell i meningsinnholdet. Det vil være naturlig å tro at personen man snakker med også har forventninger til de kritiske ordene i en samtale. Når man håndhilser på noen, forventer man at personen sier “Hei, jeg heter Ola Normann”, eller bare “Ola/Ola Normann”. Det er ikke vanlig å legge til masse ekstra ord i denne talesituasjonen, fordi den du hilser på har *forventninger* til hva du kommer til å si. Børge fortalte at han ofte la til “fyllord” i setningen før han presenterte seg med sitt fornavn. Lyttere forventer altså at ordene som blir sagt i en slik talesituasjon har høyt meningsinnhold, og fyllord blir tolket som dette. “Jaøh” ble til Jan. Dette førte til at flere tolket fyllordene som et ekstra fornavn, de trodde han het Jan Børge.

I det foregående kapittelet er det også et underpunkt som omhandler “triks” for å unngå å eksponere stammingen. *Triks* er som tidligere nevnt strategier på fagspråket, og informantene benytter seg av slike triks i svært stor grad. Cecilies morsmål er fransk, så et av hennes triks er å late som om hun ikke husker hva det norske ordet er, men egentlig har hun dekket over et talebrudd. Dette kan kategoriseres som *escape behavior* (Guitar, 2014), da hun skjuler et talebrudd rett etter det har skjedd. For hennes del er dette en så innøvd strategi at det ikke er merkbart for andre.

Ane og Dina forteller at de ofte bytter ut ord. Dina har blitt svært god på synonymer på grunn av denne måten å håndtere stammingen på. Dette minner mye om *avoidance behavior* (Guitar, 2014), som går ut på at den som stammer bruker denne formen for unngåelsesatferd før noen form for stamming har skjedd. Dina tror hun kommer til å stamme på et bestemt ord, og velger da å bytte ut ordet med et synonym før hun eventuelt må erfare at hennes antakelse var sann. Børge benyttet seg også av denne typen unngåelsesatferd, ved at han ofte kom med lange digresjoner før han endelig kom til poenget.

Cecilie sier at triksene oppstår uten at hun tenker over det. Det positive med å bruke disse triksene er at de unngår å vise stammingen sin, og slik slipper de også reaksjoner på stammingen. Det negative er derimot at de ikke får til å si det de egentlig vil si, og til syvende og sist betyr det at de ikke får være den de egentlig er. Cecilie sier også at det er en utfordring å vite at den personen man viser til verden ikke er hele sannheten. I det lange løp betyr det at strategier hindrer dem i å delta i kommunikasjon på en “normal” måte. Børge sier at han bruker andre ord enn han egentlig hadde planlagt, og at talesituasjonen blir noe konstruert. Det å føle at man hele tiden må planlegge hvordan man skal få sagt ting, eller i verste fall unngå talesituasjoner fordi man frykter hva andre vil tenke om en, underbygges av studien gjennomført av Messenger et al. (2004) som viste at personer som stammer forventer negative evalueringer i mye større grad, sammenlignet med en kontrollgruppe. Det er tydelig at alle informantene har utviklet en avansert form for unngåelsesatferd for å skjule stammingen sin. De finner situasjoner hvor budskapet skal være kort og konsist, samtidig som de føler at mottakeren forventer et svar innen en gitt tidsramme som vanskelig.

I kategori to skal vi se på hva som kan gi en nedsatt livskvalitet når man stammer skjult.

5.2 Skjult stamming og nedsatt livskvalitet

Følelser kan være en like stor del av vansken som selve stammingen. Stammingen kan skape vonde følelser, og vonde følelser kan forårsake stamming og dermed blir dette en “ond sirkel” (Guitar, 2014; Shapiro, 2011). Dette vil igjen, etter vår oppfatning, kunne påvirke livskvaliteten på en negativ måte. Å oppleve *stigmatisering* på flere måter, vil kunne påvirke selvtilliten på en negativ måte (Guitar, 2014; Jones & Corrigan, 2014; Shapiro, 2011) På lengre sikt vil dette også kunne ha innvirkning på livskvaliteten.

I utsagnene fra informantene kommer det fram at alle, i ulik grad, har kjent eller kjenner på *negative følelser* om seg selv og stammingen sin. Eksempler på negative følelser, eller vonde affektive opplevelser (Næss et al., 2001), er i følge informantenes utsagn blant annet skam, frykt eller ydmykelse. Børge er den som har akseptert stammingen og er åpen om det til andre. Han har dermed få negative følelser om stammingen og har generelt en høy livskvalitet i dag. Personer som stammer vil bli påvirket av følelsene knyttet til stammingen i ulik grad (Guitar, 2014), og Børge er en av dem som ikke lar seg påvirke i merkbart grad av disse følelsene. Ane, Cecilie og Dina uttrykker derimot mange ulike følelser de har eller har hatt om seg selv og stammingen sin. Ane og Cecilie har få negative følelser rundt stammingen sin nå, mens Dina, som fortsatt skjuler stammingen, sliter med disse følelsene fortsatt.

Ane forteller at hun ble redd for at hun skulle få reaksjoner på stammingen, og at hun ikke skulle være bra nok. Hun beskriver også hvordan stammingen ga henne dårligere selvtillit og førte til at hun ble mer engstelig og nervøs. Denne alltid tilstedeværende bevisstheten rundt stammingen, eller mulige stammingen, vil skape frykt, i følge Shapiro (2011). Man er alltid på vakt og ser etter mulige “trusler”, som igjen forårsaker følelser som frykt for reaksjoner og frykt for å ikke være bra nok.

Det er en negativ følelse som er gjennomgående i intervjuet med Cecilie, og det er skam. Hun synes det er skamfullt å ikke mestre høytlesning, for det gjorde hun før. Hun føler skam ved at hun lever et “dobbeltiliv”, hvor hennes nærmeste venner ikke vet om at hun har skjult stamming. Hun føler skam fordi hun ikke gjennomførte en juleforestilling på grunn av stammingen. Skam og frykt er negative følelser som går igjen i stammelitteraturen (Guitar, 2014; Bricker-Katz et al., 2009; Corcoran & Stewart, 1998). Cecilie fortalte og at hun gråt og gråt på grunn av sin skjulte stamming, noe som indikerer at det var mange negative følelser knyttet til vansken som ingen andre enn henne selv visste om, og det er tydelig at hennes livskvalitet ble påvirket i en negativ retning på grunn av dette. Hvis man bruker Sheehans (1970) isfjellmetafor kan man si at Cecilies “isfjell” bare lå under “havoverflaten”. Hun skjulte stammingen for alle, ingen så hennes “isfjell”. I denne perioden vil vi derfor hevde at skammen, eller den negative affektive opplevelsen (Næss et al., 2001), førte til en lav psykisk velvære eller livskvalitet, som gjorde det vanskelig å være åpen om vansken.

Dina er den som fortsatt definerer seg selv som en “100% skjult stammer”, og hun bruker også ordet “stammer” om seg selv. Shapiro (2011) snakker om viktigheten ved å ikke kalle seg en “stammer”, men vektlegge at man er så mye mer enn bare vansken sin. Hun forsøker å legge inn litt frivillig stamming som logopeden har lært henne, men synes det er kjempeskummelt å måtte “røpe” stammingen. Hennes frykt for evaluering påvirker kommunikasjonssituasjoner hun er i, og det er tydelig at det er med på å begrense kommunikasjonen (Bricker-Katz et al., 2009). Dina har følt på disse negative følelsene som har gitt henne betydelig dårligere livskvalitet i mange år. Det kan være at det ikke er følelsene som er problemet, da det er naturlig å føle på negative følelser. Det kan i stedet være *virkeligheten* som er problemet, noe som for hennes situasjon vil si at det er stammingen som er problemet og at hun ikke har akseptert virkeligheten. “Å se denne virkeligheten i øynene bidrar til at man kan mestre den.” (Falk, 1999, s. 34). Det er naturlig å ha disse følelsene, og forskning viser at de eksisterer uansett alder (Bricker-Katz et al., 2009; Corcoran & Stewart, 1998). Hun bruker unngåelsesstrategier som å bytte ut ord (Guitar, 2014) for å virke flytende, så hun slipper de negative responsene hun frykter å få ved å stamme åpent. Samtidig så erkjenner hun at folk ikke reagerer på den måten som hun forventer at de skal reagere, altså med irritasjon, sjokk og vantro. Enkelte personer lar nettopp sine negative følelser gå ut over samtalepartnern, og det kan være lett å tro at de man snakker med deler de negative tankene man har som seg selv (Guitar, 2014). Tidligere forskning har vist at de fleste mennesker oppfatter personer som stammer som blant annet anspente, usikre eller engstelige, og dette gjelder til og med lærere og logopeder (Turnbaugh, Guitar & Hoffman, 1979; Wood & Williams, 1976, referert i Guitar, 2014). Dette kan dermed påvirke hvordan Dina, og de andre informantene, oppfatter og tenker om seg selv (Guitar, 2014).

I denne kategorien forteller også informantene om forskjellige situasjoner, som på en eller annen måte har vært ubehagelige. Vi tolker disse situasjonene som forskjellige typer *stigmatisering* av deres stamming. Ane vektlegger i stor grad hvordan verden rundt henne ser på stamming. Hun sier selv at hun gjennom TV og film oppfatter mennesker som stammer som litt dummere og komiske, men her ler man *av*, og ikke *med* de som stammer. *Offentlig stigma* beskrives av Jones og Corrigan (2014) som at man diskriminerer grupper på grunnlag av stereotypier, som er laget om denne gruppen. Media har stor innflytelseskraft her og ved å framstille en gruppe mennesker, i dette tilfellet personer som stammer, med negative egenskaper, skapes det fort et offentlig stigma tilknyttet menneskene tilhørende denne gruppen. Det er tydelig at Ane har kjent på denne offentlige stigmatiseringen. I tillegg kan det

virke som om Ane har internalisert mye av det offentlige stigmaet som eksisterer i samfunnet. Som resultat av dette har hun også det vi tolker som *selvopplevd stigma* (Jones & Corrigan, 2014). Ut ifra den hierarkiske inndelingen som Jones og Corrigan (2014) beskriver innenfor selvopplevd stigma, virker det som om hun tilhører det midterste nivået, hvor individet har enighet med stereotypene. Hun sier at det var et bevisst valg å skjule stammingen, da hun selv ikke ønsket å bli sett på på denne måten som media framstiller personer som stammer. Dina føler også på selvopplevd stigma. Hun sier at hun vil være som alle andre, hun vil ikke være en “avvikere” fra normalen. Det at hun ikke vil være en “avvikere”, forteller at hun har internalisert offentlige stigma, at mennesker som stammer er “avvikere”, og hun tilegner denne stereotypen til seg selv (Jones & Corrigan, 2014).

Børges fokus er i stor grad på hva han selv tror at andre mener om han og hans stamming. Han sier at det ikke er viktig hva de virkelig mener, det viktige er hva *han tror* andre mener om han. Guitar (2014) skriver at hva andre mener, og hvordan andre oppfører seg kan påvirke personen som stammer i stor grad. Det er tydelig at Børge mener at samfunnet har meninger om personer som stammer, og det tyder på at han kan ha opplevd offentlig stigmatisering (Jones & Corrigan, 2014). Denne tankegangen om at andre tenker ting om han, fører til at han gjorde om på måten han pratet på. Dette førte til at han ikke framstod som han egentlig ville. Han gjorde om på talen for å få mer flyt, muligens for å ikke bli stemplet som en “stammer”, som kan fremstilles som rar og dum av media. Ut i fra dette kan det virke som om Børge også har følt på et selvopplevd stigma, i hvert fall en viss periode, hvor han har internalisert de negative karakteristikkenes samfunnet kan tilegne mennesker som stammer (Jones & Corrigan, 2014). Jobbintervjuer har også vært krevende situasjoner for Børge. Han har brukt mye tid på å tenke over hvordan han skal presentere stammingen sin, og han har prøvde og feilet før han fant måten han selv synes er best. Han sier at han ikke har fått jobber, og han tror stammingen har vært årsaken til dette. Han sier at han ikke tror det var en bevisst handling fra arbeidsgiveren. Hvis det er tilfelle at Børge ikke har fått en jobb han ellers har vært kvalifisert til, men at arbeidsgiver har valgt han bort på grunn av stammingen, kan det for oss minne om strukturelt stigma. Ved strukturelt stigma forekommer stigmatisering, uansett om det var tilsiktet eller utilsiktet (Jones & Corrigan, 2014).

Den eneste formen for stigma informantene ikke kjenner på er *label avoidance*, som er når en person unngår eller nekter å benytte seg av spesielle tilbud, i frykt for å bli stemplet som en stereotyp (Corrigan & Watson, 2002, referert i Jones & Corrigan, 2014).

Alle våre informanter har oppsøkt logopedisk hjelp, noe de ikke hadde gjort hvis de følte på denne typen stigma. De vet alle at de har en vanske, og nekter heller ikke for dette.

Det er forståelig for oss at å oppleve ulike negative kognitive og affektive opplevelser, eller ulike former for stigmatisering og følelser slik våre informanter gjør i ulik grad, vil kunne føre til en nedsatt livskvalitet (Næss et al., 2001; Næss, 2001). Videre skal vi se på hva som kan føre til en forbedret livskvalitet.

5.3 Sentrale faktorer for forbedret livskvalitet ved skjult stamming

Sentrale faktorer for å oppnå en høyere livskvalitet er, i følge våre informanter, aksept og åpenhet. Underpunktene til denne kategorien er *aksept for stammingen* og *åpenhet om stammingen*. Som nevnt i forrige kapittel glir disse kategoriene litt inn i hverandre, og på grunn av dette vil vi diskutere åpenhet og aksept simultant.

Det som går igjen i utsagnene hos Ane, Cecilie og Dina, er at de alle trenger eller trengte hjelp for å mestre vanskene skapt av den skjulte stammingen og slik sett kunne akseptere seg selv og stammingen og være åpen om problemet. Dina sliter fortsatt med skjult stamming, men det at hun selv har oppsøkt logopedisk hjelp er i hvert fall starten på en lang vei, som forhåpentligvis ender med mer aksept til og åpenhet om stammingen. Yaruss (2010) påpeker nettopp at livskvaliteten til personer som stammer kan bli signifikant bedre etter behandling. Ved behandling er det altså ikke bare en reduksjon i den hørbare stammingen som kan påvirkes positivt, men selve behandlingen har også en positiv innvirkning på livskvaliteten til personer som stammer. Siden Dina ennå definerer seg som en som stammer 100% skjult, og sier at hun må begynne å akseptere stammingen og seg selv mer, har hun etter vår mening hverken akseptert situasjonen eller er åpen om den. Hun sier også at det å være åpen om vansken til andre er vanskelig, fordi hun da må eksponere seg og det er noe hun ikke ønsker. Man kan i Dinas situasjon derfor trekke paralleller til å være i en “krise”, da en krise forbindes med noe som er vanskelig i livet (Falk, 1999). I hennes situasjon er det stammingen som er krisen og det som er vanskelig. Både hverdagen og livet vil enten kunne påvirkes positivt eller negativt, alt etter hvordan man håndterer og ser på denne krisen. For Dina påvirker denne krisen, eller stammingen, livskvaliteten på en negativ måte. Hun har ikke akseptert at hun har et problem, hun er ikke åpen om problemet og har dermed gjort det å ha et problem til et problem i seg selv. Når hun avfinner seg med problemet, altså stammingen, vil halvparten av problemet forsvinne (Falk, 1999). Hun må akseptere at krisen er en del av

livet som hun må komme gjennom, at den er en vanskelighet som hun må vokse på, og ikke definere henne som person (Plexico et al., 2009b). Dette kan dog være vanskelig når man ønsker å være som alle andre og ikke er åpen om problemet. Det er derimot positivt at hun vet hva som skal til for å oppnå en bedre livskvalitet, nettopp åpenhet og aksept, så slik sett er det en god begynnelse.

Videre fortalte Ane at hun går til logoped, og at hun finner det svært hjelpsomt at logopeden, i tillegg til stammingen, fokuserer på det emosjonelle. Guita (2014) snakker om viktigheten med å snakke om stammingen får å skape mer åpenhet og aksept rundt vansken. Dette gjelder også åpenhet rundt de emosjonelle faktorene ved stammingen. Stamming er som beskrevet tidligere en multidimensjonell vanske (Yairi & Seery, 2015), og her inngår *affective features* som beskrives som sterke emosjonelle reaksjoner på stammingen, og frykten for å snakke i mange situasjoner. Det at Anes logoped jobber med flere aspekter ved stammingen er en bra ting, og understrekes av Guita (2014) som mener at behandling er mest effektiv når man jobber med ulike aspekter ved stammingen, ikke bare selve stammingen. Stamming bør nettopp sees på som en kompleks vanske (Yairi & Seery, 2015), slik logopeden til Ane gjorde, da det å stamme kan være en altomfattende vanske.

Cecilie forteller at hun gråt og gråt, og da kjæresten spurte hva som var i veien åpnet hun seg og fortalte om stammingen. Hun oppsøkte så logoped, og selv om hun bare var der to ganger, skapte dette mye klarhet for henne. Dette var nok også den avgjørende faktoren mot åpenhet for hennes del. Forskning viser også at bare det å gå til stammebehandling gir bedre livskvalitet i seg selv (Yaruss, 2010; Klompas & Ross, 2004). Dette førte også til at hun begynte å akseptere stammingen mer og innse at vansken eksisterte, men også at det ikke definerte identiteten hennes, eller henne som person (Plexico et al., 2009b). I ettertid har hun vært mer og mer åpen om problemet og snakket med andre om vansken, noe som vil være med på å minske omfanget av stammingen (Guita, 2014). Nye personer synes hun det er lett å snakke om stammingen sin til.

Alle informantene snakker også på et eller annet vis om å akseptere seg selv. Her trekker vi paralleller til *selvoppfatning*. Børge forteller at han synes det er uklokt å skjule stammingen, da det gir inntrykk at han har noe å skjule og at han ikke bryr seg om det. Han har også hatt stort utbytte av å eksponere stammingen, og kjenne på at det ikke trenger å være så

ubehagelig allikevel. For han har dette bidratt til at han aksepterer at stammingen kommer til å være der hele livet. Dette handler om hans selvoppfatning og hans forventninger til seg selv (Skaalvik & Skaalvik, 2013). Cecilie forteller at hun var redd for at stammingen var et selvskapt problem. Ved å være åpen om dette med sin mor fikk hun bekreftet at dette ikke var en problem hun hadde skapt i sitt eget hode. Et viktig aspekt ved en persons selvoppfatning, er hvordan en person verdsetter seg selv. Forskning viser nettopp klare sammenhenger mellom selvverd, velvære, mental helse og stamming (Smedema et al., 2010; Craig et al., 2009). For våre informanter vil dette bety at åpenhet og aksept rundt sin stamming vil ha en positiv effekt på både livskvaliteten og på deres selvoppfatning. Forskning viser også at hvis man blir mer komfortabel med å godta seg selv, og godta en mindre perfekt flyt, så vil stammingen bli mer integrert i livet og tilværelsen (Plexico et al., 2009b).

Til slutt skal vi diskutere om det er en forskjell på skjult stamming eller sekundæratferd.

5.4 Skjult stamming eller sekundæratferd – et kontinuum?

Denne kategorien er basert på et utsagn av logopeden Cecilie, som vi fant interessant. Vi har underveis i forskningsprosessen forstått at det ikke finnes noen klar og entydig definisjon på skjult stamming (Egebjerg, 2011). Mange personer som stammer har ikke bare kjerneatferd, men også sekundæratferd, i større eller mindre grad (Guitar, 2014; Yairi & Seery, 2015; Shapiro, 2011; Van Riper, 1982). Kjerneatferden er den hørbare og synlige stammingen, og består av forlengelser, gjentakelser og blokkeringer (Guitar, 2014; Yairi & Seery, 2015; Van Riper, 1982), mens sekundæratferd kan deles i fluktatferd og unngåelsesatferd (Guitar, 2014). Tidligere i oppgaven skrev vi at skjult stamming kan bestå av unngåelse av sosiale situasjoner hvor stamming kan oppstå, unngå å svare på spørsmål, bytte ut ord eller benytte parafrasering (Hood & Roach, 2001; Egebjerg, 2011). Dette vil si at det er mange likheter mellom skjult stamming og sekundæratferd, og da spesielt unngåelsesatferd. Vi stiller oss derfor det samme spørsmålet som Cecilie gjør: Hvor går grensen mellom sekundærstamming og skjult stamming? Kan disse to fenomenene betraktes som ytterpunktene på en kontinuum? Hvor går grenseoppgangen mellom disse to? Så vidt oss bekjent, så finnes det ikke litteratur eller forskning på akkurat dette. Det finnes derimot litteratur om mulige undergrupper innenfor stammefeltet (Guitar, 2014; Shapiro, 2011), men dette dreier seg ofte om biologiske, sensoriske, språklige og emosjonelle faktorer, forskjellige typer stammeøyeblikk og om stamming kan forekomme i kombinasjon med andre vansker.

Så vidt vi vet er det ingen som har prøvd å differensiere to grupper - en med mer skjult stamming og en med mer åpen stamming. Burde det heller være en skala for stamming, et kontinuum, hvor ytterpunktene er helt skjult stamming og helt åpen stamming på hver sin side? Så kan alle som stammer plasseres et eller annet sted mellom disse ytterpunktene? Etter at vi har tenkt og diskutert en del rundt dette, har vi hatt Børge i tankene. Han forteller at han stammet åpent som barn, men at det av mer "praktiske" grunner ble til at han begynte å skjule stammingen en periode. Nå stammer han derimot åpent igjen. Har han en periode nærmet seg mer det ene ytterpunktet, skjult stamming, for så å "gli tilbake" dit han var før? En annen interessant betraktning er at mennesker med skjult stamming må akseptere sin egen stamming for å bli kvitt det skjulte. De må tørre å blottlegge stammingen sin for andre, ved å snakke om den og la den høres. "Isfjellet" Sheehan (1970) snakker om må komme over "havoverflaten". Det at stammingen ikke forsvinner, men blir mer åpen kan indikere at stammingen, i hvert fall for noen, i bunn var den samme, men måten den ble håndtert på var forskjellig. Dette taler for at det kanskje eksisterer et kontinuum, med to ekstreme ytterpunkter.

Det kreves mer forskning på dette området for å se om det finnes et klart svar på Cecilies spørsmål. Yairi og Seery (2015, s. 22) sier det på en god måte; "Consumers of clinical services at all stages and levels need to be confident their concerns are not overlooked because of insufficient definitions and diagnoses of the disorders." Kanskje vil en definisjon på skjult stamming, eller en definisjon på stamming hvor skjult stamming inngår være med på å sikre mennesker med denne vansken god hjelp. Behandlingen av skjult stamming vil muligens styrkes hvis en definisjon eksisterer, da det vil være lettere for både fagfolk og "mannen i gata" å forstå hva det dreier seg om, og at det er et reelt problem, selv om denne formen for stamming mangler hørbare talebrudd.

5.5 Sammenfatning av analyse- og drøftingskapittel

Kommunikasjonsvansker kan oppstå når man kjenner på forventninger og tidspress i kommunikasjon med andre, og dette kan lede til økt bruk av unngåelsesstrategier for å unngå å eksponere stammingen. Stigmatisering og negative følelser kan være med på å gi nedsatt livskvalitet, mens aksept og åpenhet om sin stamming er med på å øke livskvaliteten.

I det neste og siste kapittelet, vil vi oppsummere våre funn og trekke linjer til en større sammenheng.

6. Oppsummering og avslutning

Problemstillingen for denne oppgaven er “Hvordan påvirker stammingen hverdagen når stammingen i ulike situasjoner er skjult?”, og forskningsspørsmålene er:

1. Hvordan påvirker skjult stamming kommunikasjon?
2. Hvilke faktorer har bidratt til mer åpen stamming?
3. Hvordan påvirker skjult stamming livskvaliteten?
4. Hvor går grensen mellom åpen og skjult stamming?

I det første forskningsspørsmålet spør vi om hvordan den skjulte stammingen påvirker kommunikasjon. Våre informanter forteller om forskjellige situasjoner hvor de har opplevd at den skjulte stammingen påvirker deres evne til å kommunisere, og til tider også har gjort det vanskeligere å kommunisere. Alle informantene forteller om bruk av unngåelse og sekundæratferd i kommunikative situasjoner for å slippe å eksponere et mulig stammeøyeblikk. I ulik grad har de også kjent på tidspress og forventninger fra samtalepartner, i form av å skulle svare fort, noe som kan være en utfordring når man stammer. Dette var og gjennomgående i situasjoner hvor informantene følte de måtte svare et “standardisert” svar, som “ja takk, to poser” på butikken, eller “hallo” på telefonen.

I forskningsspørsmål to lurte vi på hvilke faktorer som har bidratt til mer åpen stamming. Samtlige av informantene fortalte i intervjuene at aksept, selvaksept, og åpenhet om vansken har vært sentrale faktorer for å oppnå mer åpen stamming. Tre av informantene definerer seg i dag som personer med åpen stamming, mens den fjerde informanten håper å oppnå dette på sikt.

Forskningsspørsmål tre dreier seg om hvordan den skjulte stammingen påvirker livskvaliteten. Alle informantene, med unntak av Cecilie, har opplevd stigmatisering. Denne stigmatiseringen har vært både offentlig stigma, men også selvopplevd stigma. Dette har påvirket livskvaliteten deres i en negativ retning. De har ikke fått utfolde seg på ønsket måte, og den opplevde stigmatiseringen har slik sett vært et hinder for å være seg selv fullt ut. Følelser rundt den skjulte stammingen har også påvirket livskvaliteten til samtlige av informantene. De ulike følelsene som har blitt vektlagt i størst grad gjennom alle intervjuene, er frykt og skam. Det viser seg at den opplevde stigmatiseringen, og de negative følelsene på sikt fører til nedsatt livskvalitet. En negativ selvoppfatning spiller også inn her.

Det fjerde og siste forskningsspørsmålet handler om hvor grensen går mellom åpen og skjult stamming. Dette “bonusfunnet”, som vi har valgt å kalle det, har skapt flere spørsmål enn svar. Vi stiller oss de samme spørsmålene som informanten som tok det opp; Er dette et kontinuum med helt skjult stamming og helt åpen stamming som ytterpunkter, eller eksisterer det helt klare skiller som gjør skjult stamming og “vanlig” stamming til to ulike grupper? For å få svar på disse spørsmålene er det behov for mer forskning på dette feltet.

Et mål for fremtidig forskning kan være å lage en klar og entydig definisjon på skjult stamming. Dette kan føre til færre mørketall ved at vansken blir satt på “dagsordenen”. Det at skjult stamming blir konkretisert ved en definisjon, kan være til hjelp for fagfolk som kan møte mennesker med skjult stamming innenfor utdanningssektoren, helsevesenet og selvsagt logopedien. Ved å ha en definisjon å forholde seg til, kan det være lettere å se kjennetegnene knyttet til vansken. En definisjon kan også være med på å vise at skjult stamming er en omfattende vanske, selv om vansken ikke er hørbar eller synlig.

7. Referanseliste

- Askerøi, E., & Høie, M. (2005). Kategorisering av kvalitative intervjudata. I A. Howe, K. Høium, G. Kvernmo, & I. R. Knutsen (Red.). *Studenten som forsker i utdanning og yrke/Vitenskapelig tenkning og metodebruk*. (s. 81-92). Lillestrøm: Høgskolen i Akershus.
- Bjerkan, B. (1984). Stammer og kommunikasjon. *Tidsskrift for Den norske lægeforening*, 104(32), 2235-2238.
- Bloodstein, O., & Bernstein Ratner, N. (2008). *A handbook on stuttering* (6. utg.). Clifton Park, NY: Delmar Cengage Learning.
- Bloom, L., & Lahey, M. (1978). *Language Development and Language Disorders*. New York: John Wiley & Sons.
- Boyle, M. P. (2013). Assessment of stigma associated with stuttering: Development and evaluation of the self-stigma of stuttering scale (4S). *Journal of Speech, Language, and Hearing Research*, 56(5), 1517-1529.
- Bricker-Katz, G., Lincoln, M., & McCabe, P. (2009). A life-time of stuttering: How emotional reactions to stuttering impact activities and participation in older people. *Disability & Rehabilitation*, 31(21), 1742-1752.
- Bråten, S. (2004). *Kommunikasjon og samspill - fra fødsel til alderdom*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Cheasman, C., & Everard, R. (2013). Interiorized (covert) stammering: The therapy journey. I C. Cheasman, R. Everard, & S. Simpson (Red.), *Stammering therapy from the inside. New perspective on working with young people and adults* (s. 125-160). Guildford: J & R Press Ltd.
- Corcoran, J. A., & Stewart, M. (1998). Stories of stuttering: A qualitative analysis of interview narratives. *Journal of Fluency Disorders*, 23(4), 247-264.
- Craig, A., Blumgart, E., & Tran, Y. (2009). The impact of stuttering on the quality of life in adults who stutter. *Journal of Fluency Disorders*, 34, 61-71.
- Dallan, O. (2007). *Metode og oppgaveskriving for studenter*. (4.utg.). Oslo: Gyldendal norske forlag.
- Egebjerg, T. (2011, mai). *Maskeret stammen - definition, beskrivelse og behandling*. Paper presentert på 2. Nordiske konference om stammen og løbsk tale, Bergen.

- Fløistad, G. (1968). *Heidegger: en innføring i hans filosofi*. Oslo: Paxbøkene.
- Garsten, M., & Lundström, C. (2008). Stamning och skenande tal hos barn. I L. Hartelius, U. Nettelbladt, & B. Hammarberg (Red.), *Logopedi* (s. 433-444). Lund: Studentlitteratur.
- Hood, S., & Roach, C. (2001). *I've got a secret - and it's scaring me to death! (The story of a covert stutterer)*. Hentet 13. november 2014, fra <https://www.mnsu.edu/comdis/isad4/papers/hood.html>.
- Iverach, L., & Rapee, R. M. (2014). Social anxiety disorder and stuttering: Current status and future directions. *Journal of Fluency Disorders*, 40(0), 69-82.
- Jederlund, U. (2003). *Musik og sprog - et udvidet perspektiv på børns sprogudvikling*. Århus: Forlaget Modtryk.
- Johannessen, A., Tufte, P. A., & Kristoffersen, L. (2010). *Introduksjon til samfunnsvitenskapelig metode*. (4.utg). Oslo: Abstrakt forlag.
- Jones, N. & Corrigan, P. W. (2014). Understanding stigma. I P.W. Corrigan (Red.), *The Stigma of disease and disability: understanding causes and overcoming injustices* (s. 9-25). Washington D. C.: American Psychological Association.
- Justis- og politidepartementet. (2000). *LOV 2000-04-14 nr 31: Lov om behandling av personopplysninger (personopplysningsloven)*. Lastet ned 09. april 2015, fra <http://www.lovdata.no/all/hl-20000414-031.html#1>
- Kaasin, K., & Bjerkan, B. (1982). Critical words and the locus of stuttering in speech. *Journal of Fluency Disorders*, 7(4), 433-446.
- Klompas, M., & Ross, E. (2004). Life experiences of people who stutter, and the perceived impact of stuttering on quality of life: personal accounts of South African individuals. *Journal of Fluency Disorders*, 29(4), 275-305.
- Kvale, S., & Brinkmann, S. (2009). *Det kvalitative forskningsintervju*. (2 utg.). Oslo: Gyldendal Norsk Forlag.
- Leiulfsrud, H., & Hvinden, B. (1996). Analyse av kvalitative data: Fiksèrbilde eller puslespill? I H. Holter & R. Kalleberg (Red.), *Kvalitative metoder i samfunnsforskning*. (2.utg., s. 220-239). Oslo: Universitetsforlaget.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. London: Sage Publications.

- Løkken, G., & Søbstad, F. (2006). *Observasjon og intervju i barnehagen*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Mahr, G. C., & Torosian, T. (1999). Anxiety and Social Phobia in Stuttering. *Journal of Fluency Disorders*, 24(2), 119-126.
- Messenger, M., Onslow, M., Packman, A., & Menzies, R. (2004). Social anxiety in stuttering: measuring negative social expectancies. *Journal of Fluency Disorders*, 29(3), 201-212.
- Næss, S. (2001). Livskvalitet som psykisk velvære. Hentet 21. april 2015, fra <http://tidsskriftet.no/article/357518/>
- Næss, S., Mastekaasa, A., Moum, T., & Sørensen, T. (2001). *Livskvalitet som psykisk velvære*. Hentet 21. april 2015, fra <http://www.hioa.no/About-HiOA/Centre-for-Welfare-and-Labour-Research/NOVA/Publikasjoner/Rapporter/2001/Livskvalitet-som-psykisk-velvaere>
- Plexico, L., Manning, W. H., & Levitt, H. (2009a). Coping responses by adults who stutter: Part I. Protecting the self and others. *Journal of Fluency Disorders*, 34(2), 87-107.
- Plexico, L., Manning, W. H., & Levitt, H. (2009b). Coping responses by adults who stutter: Part II. Approaching the problem and achieving agency. *Journal of fluency disorders*, 34(2), 108-126.
- Postholm, M. B. (2010). *Kvalitativ metode. En innføring med fokus på fenomenologi, etnografi og kasusstudier* (2.utg). Oslo: Universitetsforlaget.
- Ramberg, C., & Samuelsson, C. (2008). Stammering och skenande tal hos vuxna och ungdomar. I L. Hartelius, U. Nettelbladt, & B. Hammarberg, (Red.), *Logopedi*. (s. 445-455). Lund: Studentlitteratur.
- Repstad, P. (2007). *Mellom nærhet og distanse. Kvalitative metoder i samfunnsfag* (4.utg). Oslo: Universitetsforlaget.
- Riessmann, C. K. (2008). Narrative methods for the human sciences. Los Angeles: Sage.
- Robins, R. W., Tracy, J. L., & Trzesniewski, K. H. (2008). Naturalizing the Self. I O. P. John, R. W. Robins, & L. A. Pervin (Red.), *Handbook of Personality: Theory and Research*. (3. utg., s. 421-447). New York: The Guilford Press.
- Rommetveit, R. (1972). *Språk, tanke og kommunikasjon: ei innføring i språkpsykologi og psykolingvistikk*. Oslo: Universitetsforlaget.

- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books, inc., Publisher.
- Shapiro, D. A. (2011). *Stuttering intervention: A collaborative journey to fluency freedom* (2. utg.). Austin, TX: Pro-Ed.
- Sheehan, J. G. (1970). *Stuttering: Research and therapy*. New York: Harper & Row, Publishers.
- Sivesind, K. H. (1996). Sortering av kvalitative data. Metodologiske prinsipper og praktiske erfaringer fra analyse med dataprogrammer. I H. Holter, & R. Kalleberg (Red.), *Kvalitative metoder i samfunnsforskning* (2. utg., s. 240-273). Oslo: Universitetsforlaget.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2013). *Skolen som læringsarena. Selvoppfatning, motivasjon og læring* (2. utg.). Oslo: Universitetsforlaget.
- Skevington, S. M, Lotfy, M., & O'Connell, K. A. (2004). *The World Health Organization's WHOQOL-BREF quality of life assessment: Psychometric properties and results of the international field trial A Report from the WHOQOL Group*. Hentet 29. april 2015, fra <http://pain-initiative-un.org/doc-center/en/docs/The%20World%20Health%20Organization%27s%20WHOQOL-BREF%20quality%20of%20life%20.pdf>
- Smedema, S. M., Catalano, D., & Ebner, D. J. (2010). The relationship of coping, self-worth, and subjective well-being: a structural equation model. *Rehabilitation counseling bulletin*, 53, 131-142.
- Store Norske Leksikon (2014). *Stigma: samfunnsvitenskap*. Hentet 13. mai 2015 fra <https://snl.no/stigma%2Fsamfunnsvitenskap>
- Sæther, M., & Aalberg, E. A. (2006). *Barnet og musikken - Innføring i musikkpedagogikk for førskolelærerstudenter*. Oslo: Universitetsforlaget.
- Van Riper, C. (1982). *The Nature of Stuttering* (2. utg.). Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.
- Vygotsky, L. (1982). *The development of academic concepts in school aged children*. Hentet 16. april 2015, fra <https://www.marxists.org/archive/vygotsky/works/reader/p355.pdf>.

- WHO. (2010). *Psykiske lidelser og atferds-forstyrrelser. Kliniske beskrivelser og diagnostiske retningslinjer*. Hentet 08. april 2015, fra https://helsedirektoratet.no/Documents/Medisinske%20koder%20og%20kodeverk/ICD-10/Komplettt-BI%C3%A5-bok_230905.pdf.
- Yairi, E., & Seery, C. H., (2011) *Stuttering: foundations and clinical applications*. Boston: Pearson.
- Yaruss, J. S. (2010). Assessing quality of life in stuttering treatment outcomes research. *Journal of Fluency Disorders*, 35(3), 190-202.

Irene Velsvik Bele
Profesjonshøgskolen Universitetet i Nordland
Postboks 1490
8049 BODØ

Harald Hårfagres gate 29
N-5007 Bergen
Norway
Tel: +47-55 58 21 17
Fax: +47-55 58 96 50
nsd@nsd.uib.no
www.nsd.uib.no
Org.nr. 985 321 884

Vår dato: 11.12.2014

Vår ref: 40664 / 3 / LMR

Deres dato:

Deres ref:

TILBAKEMELDING PÅ MELDING OM BEHANDLING AV PERSONOPPLYSNINGER

Vi viser til melding om behandling av personopplysninger, mottatt 10.11.2014. Meldingen gjelder prosjektet:

40664	<i>Skjult stamming - en kasusstudie</i>
Behandlingsansvarlig	<i>Universitetet i Nordland, ved institusjonens øverste leder</i>
Daglig ansvarlig	<i>Irene Velsvik Bele</i>
Student	<i>Monica Rønning Sørngård</i>

Personvernombudet har vurdert prosjektet og finner at behandlingen av personopplysninger er meldepliktig i henhold til personopplysningsloven § 31. Behandlingen tilfredsstiller kravene i personopplysningsloven.

Personvernombudets vurdering forutsetter at prosjektet gjennomføres i tråd med opplysningene gitt i meldeskjemaet, korrespondanse med ombudet, ombudets kommentarer samt personopplysningsloven og helseregisterloven med forskrifter. Behandlingen av personopplysninger kan settes i gang.

Det gjøres oppmerksom på at det skal gis ny melding dersom behandlingen endres i forhold til de opplysninger som ligger til grunn for personvernombudets vurdering. Endringsmeldinger gis via et eget skjema, <http://www.nsd.uib.no/personvern/meldeplikt/skjema.html>. Det skal også gis melding etter tre år dersom prosjektet fortsatt pågår. Meldinger skal skje skriftlig til ombudet.

Personvernombudet har lagt ut opplysninger om prosjektet i en offentlig database, <http://pvo.nsd.no/prosjekt>.

Personvernombudet vil ved prosjektets avslutning, 31.07.2015, rette en henvendelse angående status for behandlingen av personopplysninger.

Vennlig hilsen

Katrine Utaaker Segadal

Linn-Merethe Rød

Kontaktperson: Linn-Merethe Rød tlf: 55 58 89 11

Vedlegg: Prosjektvurdering

Kopi: Monica Rønning Sørngård Monicars1986@gmail.com

Dokumentet er elektronisk produsert og godkjent ved NSDs rutiner for elektronisk godkjenning.

Avdelingskontorer / District Offices:

OSLO: NSD, Universitetet i Oslo, Postboks 1055 Blindern, 0316 Oslo. Tel: +47-22 85 52 11. nsd@uio.no

TRONDHEIM: NSD, Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet, 7491 Trondheim. Tel: +47-73 59 19 07. kyrre.svarva@svt.ntnu.no

TROMSØ: NSD, SVF, Universitetet i Tromsø, 9037 Tromsø. Tel: +47-77 64 43 36. nsdmaa@svt.uit.no



Prosjektvurdering - Kommentar

Prosjektnr: 40664

Utvalget informeres skriftlig og muntlig om prosjektet og samtykker til deltakelse. Informasjonsskrivet er godt utformet.

Personvernombudet legger til grunn at forsker etterfølger Universitetet i Nordland sine interne rutiner for datasikkerhet. Dersom personopplysninger skal sendes elektronisk eller lagres på privat pc/mobile enheter, bør opplysningene krypteres tilstrekkelig.

Forventet prosjektslutt er 31.07.2015. Ifølge prosjektmeldingen skal innsamlede opplysninger da anonymiseres. Anonymisering innebærer å bearbeide datamaterialet slik at ingen enkeltpersoner kan gjenkjennes. Det gjøres ved å:

- slette direkte personopplysninger (som navn/koblingsnøkkel)
- slette/omskrive indirekte personopplysninger (identifiserende sammenstilling av bakgrunnsopplysninger som f.eks. bosted/arbeidssted, alder og kjønn)
- slette lydopptak

Informasjonsbrev og samtykkeerklæring

Til person: _____

Monica Rønning Sørngård og Ingrid Klungsøyr Woje
Universitetet i Nordland
Universitetsaleen 11
8049 Bodø

Forespørsel om samtykke til gjennomføring av forskningsprosjektet

”Skjult stamming – et kasusstudie”.

Vi er masterstudenter ved Univeristetet i Nordland, program for logopedutdanning, og jobber med et forskningsprosjekt med arbeidstittelen ”Skjult stamming – et kasusstudie”. Vår veileder i prosjektet er professor Irene Velsvik Bele, Høgskulen i Volda. Målet med masterprosjektet er å bidra til kunnskapsutvikling om stamming og skjult stamming, da dette er et tema som er lite forsket på innenfor logopedien. Dette vil vi gjøre ved å intervju 3 – 4 personer som har hatt eller delvis har skjult stamming. Vi ønsker å undersøke hvilke tanker, ideer og følelser personer har rundt sin skjulte stamming. Deretter ønsker vi å diskutere hvordan dette kan være til nytte for logopen i logopedisk behandling. Dette vil vil gjøre gjennom såkalte semistrukturerte forskningsintervjuer, med intervjuguide.

I forbindelse med dette prosjektet ønsker vi å be om samtykke til å intervju deg som delvis har/har hatt skjult stamming, da dette vil være av store interesse for oss og denne studien. Intervjuet vil blant annet omhandle dine tanker om skjult stamming, logopedisk behandling, din mulighet til utfoldelse med skjult stamming (før og etter bedring) i jobb/skole/sosialt liv. Det vil bli gjort lydopptak av intervjuet og skrevet notater underveis, slik at vi skal kunne transkribere og analysere datamaterialet. Ved prosjektslutt, våren 2015, vil alle innsamlede data anonymiseres og alle lydopptak vil bli slettet. Alle opplysninger behandles konfidensielt i arbeidsprosessen, og bare vi, samt vår veileder, vil kunne ha tilgang til personopplysningene. Disse vil lagres med brukernavn og passord som bare vi studentene har tilgang til. Du som deltaker vil ikke kunne gjenkjennes ved publisering av studien.

Vi vil ettertrykkelig presisere at det er frivillig å delta, og at du når som helst kan trekke deg fra prosjektet uten å måtte begrunne dette. I så fall vil lydopptakene slettes og øvrige opplysninger om deg vil bli anonymisert.

Studien er meldt til Personvernombudet for forskning, Norsk samfunnsvitenskapelig datatjeneste AS.

Vi håper på ditt samtykke, og gleder oss til å få lov til å intervju akkurat deg.

Samtykke gis ved å signere på neste side, og leveres til Monica Rønning Sørngård/Ingrid Klungsøyr Woje. Samtykke kan også gis per mail.

Ta kontakt ved eventuelle spørsmål og kommentarer.

Tusen takk for hjelpen!

Med vennlig hilsen,

Monica Rønning Sørngård og Ingrid Klungsøyr Woje
Universitetet i Nordland
8049 Bodø

Monicars1986@gmail.com, 40381202

Ingrid_woje@hotmail.com, 91625529

Samtykke til deltakelse i studien "Skjult stamming – et kasusstudie".

Jeg har mottatt informasjon om studien, forstått innholdet og er villig til å delta.

Alle data vil bli behandlet konfidensielt under arbeidsprosessen og anonymisert ved prosjektslutt våren 2015. Alle lydopptak vil også bli slettet ved prosjektslutt.

Dato:_____ Navn:_____

INTERVJUGUIDE

1.
 - * Hvordan vil du definere skjult stamming? (Eksempler på situasjoner med skjult stamming/åpen stamming?)
 - * Når ble du bevisst din egen stamming? Og hva er det som førte til at du skjulte den? (Var dette et bevisst valg?)
 - * Ser/så du på den skjulte stammingen som et problem? (Krever det ekstra energi å skjule stammingen? Eksempler.)

2.
 - * Føler du at du stammer mer åpent nå enn tidligere?
 - * Er det et bevisst valg at du nå stammer mer åpent enn tidligere? Kan du utdype det?
 - * Har du mottatt profesjonell hjelp for stamming din? (Hvis ja, av hvem? Logoped, lege, psykolog, terapeut/coach, helsesøster. Oppsøkte du denne hjelpen selv? Får du fortsatt hjelp? Har det hjulpet deg? I så fall hvordan? Hva slags oppfølging fikk du? Hva gjorde personen riktig? Hva ble avgjørende? Noe du savnet? Ble du tilbudt logopedisk hjelp? Hvorfor valgte du ikke denne typen hjelp?) ***Hvis logoped, hopp til forskningsspørsmål 4!***

3.
 - * Hvordan påvirket den skjult stamming livet ditt før? (Skole, jobb, familieliv, det sosiale liv?) Hvordan påvirker det deg nå? Bevisst valg av jobb/utdanning?
 - * Hvordan er det å stamme åpent/delvis åpent, sammenlignet med å stamme skjult? (Skole, jobb, familieliv, det sosiale liv? Fordeler/ulempen ved skjult stamming/åpen stamming.)
 - * Har du skjult stamming fortsatt?
 - Hvis **ja**: I hvilken grad, og i hvilke situasjoner i så fall? Vil du kalle dette skjult stamming?
 - Hvis **nei**: Vil du si at du stammer åpent? Stammer du da åpent i alle situasjoner (har du eksempler?)?

4. * ***Hvis du har gått til logoped***: Har logopeden hjulpet deg til å stamme mer åpent? I så fall hvordan?/ hvorfor ikke? (Hvordan kom du i kontakt med logoped? Skole/familie/eget initiativ? Hva slags oppfølging har du fått? Hva har vært fokus? Hvilke mål har du/dere hatt? Hva gjorde logopeden riktig? Hva ble avgjørende? Noe du savnet? Hvor ofte har

dere hatt timer? Går du fortsatt til logoped? Evt. Hvorfor/hvorfor ikke?)

Hvis logopediskoppfølging som barn/tidligere: hvorfor ble denne kontakten avsluttet?

* Noe du vil føye til/fortelle? Noe jeg har glemt?